

چاپی چوارەم

واز لە دوودڵی بهێنە و دەست بکە بە ژیان

منتدى إقرأ الثقافي
www.iqra.ahlamontada.com



نووسینی: دەیل کارنگی

وەرگێڕانی: مامۆستا شەریف حەمەڕەشید

DALE CARNGIE

ئەم کتێبە

لە ئامادەکردنی پێگەی

(منتدى إقرأ الثقافي)

WWW.IQRA.AHLAMONTADA.COM

بۆ سەردانی پەیجی پێگە:

https://www.facebook.com/iqra.ahlamontada/

بۆ سەردانی پێگەکە:

http://iqra.ahlamontada.com



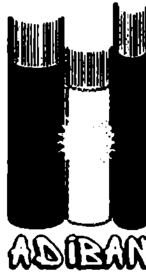
وازلە دوودڵی بهێنە و دەست بکە بە

ژیـــــان



نووسینی: دەیل کارنگی

وەرگێڕانی: شەریف حەمەڕەشید



ناوەندی ڕۆشنبیری ئەدیبان

بەڕێوەبەری گشتی: ئارامی مەلا محمد

ناونیشان: سلێمانی، شەقامی ئیبراهیم پاشا،فولکەی گۆزەکان، نزیك ناوەندی ڕۆژهەڵاتی کوردان.

پەیوەندی: 07701974656 - 07501690032 - 07731974646 - 07501696369

Email: bookadiban@gmail.com

Facebook: https://www.facebook.com/eadiban/

ناسنامەی کتێب

ناونیشان: واز لە دوودڵی بهێنە و دەست بکە بە ژیان.

نووسەر: دەیل کارنگی.

وەرگێرانی: شەریف حەمەرەشید.

بابەت: گەشەپێدانی مرۆیی.

نۆرەی چاپ: چاپی چوارەم.

دیزاین: ئەدیبان.

پەخشانگە: ناوەندی ڕۆشنبیری ئەدیبان.

ساڵی چاپ: 2019 میلادی.

لە بەڕێوەبەرایەتیی گشتیی کتێبخانە گشتییەکان، ژمارەی سپاردنی (1343) ساڵی (2020) پێ دراوە، ئەم کتێبە لە بڵاوکراوەکانی ناوەندی ڕۆشنبیریی ئەدیبانە، مافی لەچاپدان و کۆپیکردنی پارێزراوە بۆ ناوەندی ڕۆشنبیریی ئەدیبان.

پێشکەشە بە:

- سەرەتا و کۆتا خۆشەویستم.
- کاک محەمەد ئێناخی.
- کاک فاخر عەبدوڵڵا.
- ئارامی مەلا محەمەد.

(شەریف حەمەڕەشید پایزی 2004)

پێشەکی چاپی سێیەم:

کاتێک ساڵی 2003 مامۆستا شەریفم بۆ وەرگێڕانی ئەم کتێبە ڕاسپارد، ئەو کات تەمەنم تەنیا 17 ساڵان بوو، تازە بە تازە دەزگایەکی بچووکم بوو بەناوی چاپەمەنی ئارام دامەزراندبوو. مامۆستا شەریف پێشتر کتێبەکەی خوێندبووەوە و زۆری بەلاوە شیرین بوو. مامۆستا ئەو کات تازە زانکۆی تەواو کردبوو—لەڕێی کتێبەوە ناسیبووم. چەند بەرهەمێکی جوانی بۆ کردمە کوردی و، بڵاوم کردنەوە. یەکێک لەو کەسانەی کە مامۆستا شەریف لە چاپی یەکەمدا بۆ بەرهەمهێنانی کتێبەکە سوپاسی کردووە، منم. کە نووسیویەتی: "پێشکەشە بە ئارامی مەلا محەمەد". چاپی یەکەمی کتێبەکە کە ساڵی 2004 بڵاوکرایەوە، پێشوازیەکی باشی لێکرا. سەرەڕای ئەوەی ئەو کات خوێنەری کتێب زۆر کەم بوو. ساڵی 2007 بۆ دووەم جار کتێبەکەمان چاپ کردەوە و، مامۆستا دوای ئەوەی لە فەرەنسا بڕوانامەی ماستەری بەدەست هێنابوو، هاتەوە بۆ کوردستان و بینی و زۆری پێخۆش بوو. ئێستا کە ساڵی 2019یە، بە ڕێنوسێکی نوێوە کتێبەکە بۆ سێیەم جار لە چاپ دەدرێتەوە. زۆر زۆر خەمبارم کە مامۆستای خۆشەویستم، مامۆستا شەریف، لە ژیاندا نەماوە و خۆی ئەم چاپە نابینێتەوە. گەلێکم پێ خۆش بوو کە ئێستا زیندوو بووایە و هەم دەزگاکەی منی ببینیایە لەو ئاستە پێشکەوتوەدا و، هەم کتێبەکەی خۆی بەم چاپە کوالیتی بەرزەوە ببینیایە. بەڵام بە داخەوە ئەوە قەدەری پەروەردگارە و هەموومان مردن لە چارەمان نوسراوە. وەک بەڕێوەبەری ناوەندی ڕۆشنبیریی ئەدیبان کتێبەکە بە ڕۆحی پاکی مامۆستا شەریف حەمەڕەشید و جگەرگۆشەکەی کە لەدوای خۆی بەجێماوە، پێشکەش دەکەم .ئارام مەلا محەمەد بەڕێوەبەری ناوەندی ڕۆشنبیریی ئەدیبان پایزی 2018 سلێمانی.

پێشەکی نووسەر:

سیوپێنج ساڵ بەسەر زەمانێکدا تێدەپەڕێت کە من یەکێک بووم لە خەمگینترین گەنجانی نیویۆرک. لەو زەمانەدا بژێوی ژیانی من لە ڕێگەی فرۆشتنی ئۆتۆمۆبیلی بارهەڵگرەوە سەرچاوەی گرتبوو.

ئەم کارە بۆ کابرای فرۆشیار دژوار نەبوو، بەڵام بۆ من زۆر دژوار بوو، چونکە هۆی جووڵەی ئۆتۆمۆبیلیشم نەدەزانی، هیچ لە بارەی کارەکەمەوە فێر نەبووبووم.

ئەم ئیشە بە بڕوای من ئیشێکی زۆر نەشیاو بوو.

ژیانیشم لە ژوورێکی بچووک و سادەدا لە شەقامی (56)ی غەربی لەگەڵ چەند دراوسێیەکی نامیهرەباندا بەناوی سوسک و چەند مێروویەکی ترەوە بەسەر دەبرد. هێشتا لە بیرم نەکردووە کاتێ بەیانیان بۆ دەرهێنانی جلوبەرگ و بۆینباخ (رباط) ڕووم لە کانتۆرەکەم دەکرد ئەوەندە سوسک و مێرووی پێوە بوو هەندێ جار تووشی دڵتێکچوون دەبووم.

بۆ نانخواردن ڕووم لە چێشتخانەی هەرزان دەکرد کە ئەمیش زۆر پیس بوو، پڕ بوو لە سوسک و مێروو لەمەیش بێزار بووبووم. بەکورتی کاری ڕۆژانەی من زۆر هەراسانی کردبووم، دەردەسەرییەکی توندم لەگەڵ خۆمدا دەبردەوە ماڵەوە.

ئەم دەردەسەرییە پەرەی دەسەند و بووە هۆی نارەحاتی و بێزارییەکی زۆر. لەبەر ئەوەی دەمبینی خەونە خۆشەکانی دەورانی خوێندکاریم گۆڕاوە بە کابووس و وەحشەتناکییەکی زۆر.

- ئایا ئەو ژیانەی کە من دەمویست ئەمە بوو؟

• ئایـا داسـتانی ژیـان کە زۆر موشـتاقانە چـاوەڕوانیم دەکـرد بەم شێوەیە بوو؟

• ئایا بەشی من لە ژیان هەر دەبێ ئەمە بێت؟

• کـاری بێـزراو ئەنجـام بـدەم و لە ژوورێکـدا لەگەڵ سوسـک و مێروو ژیان بەسەر بەرم؟

• بە خـواردنی فاسـد و پیس سـکم تێر بـکەم و هـیچ ئومێـدێکم بە دوارۆژ نەبێت؟

لە دەورانـی خوێندکاریمـدا هەمیشـە بیـرم لـێ دەکـردەوە کە کتێـب بنووسم، بۆ ئەو مەبەستە زۆرم خوێندبووەوە بەڵام ئێستاش بواری ئەوەم نییە و دەست نادات تا توانای خۆم لەم بوارەدا بخەمە گەڕ!

دەمزانی بە وازهێنان لەم کارە بە هەر شێوەیەک بێت سەرکەوتن لە چاوەڕوانیمدایە، چونکە پلەیەک لە سەرووی هیچەوە دەبووم. لەگەڵ ئەوەی کە بە مادە دڵم نەبەستبوو، بەڵام دڵـم باڵی لێدەدا بۆ ژیانێکی ئاسوودە و خۆش.

سـەرتان نەیەشـێنم، گەیشـتبوومە قۆناغێک کە ئەبوایە بڕیـام بدایە، هەر ئەو قۆناغەی کە گەنجان و لاوان زیاتر پێی دەگەن. خۆشبەختیم لەوەدا بوو کە پراکتیزەکردنی بڕیارەکەمم پشتگوێ نەخست- هەرچی دەبێ با ببێ! هەر ئەو جووڵەیە بوو بەهـۆی ئەوەی کە سیوپێنج ساڵە تا ئەمڕۆ ژیانێکی خۆش و ئاسوودە بەسەر بەرم.

دوای ئەوەی بڕیـارم دا دەست لەو کـارە هەڵگرم کە بـووەتە هـۆی ڕسـوایم لە پێنـاو چـوار سـاڵ خوێنـدن لە زانکـۆی پێشـکەوتوی (وارسـبورگ)، هەوڵـم دا تـا مامۆسـتایم بەدەسـت هێنـا و لە ڕێـگەی دەرسـوتنەوەم لە قوتابخـانەیەکی شـەودا بژێـوی خـۆمم بەدەسـت دەهێنـا، وە ئەو ڕۆژانەی کە کـاتم هەبـوو بە خوێنـدنەوە و بەسـتنی

کـۆنفرانس و نووسـینی داسـتان و... کـاری لەم شـێوازانە بەسـەرم دەبرد.

دەمویست زیندوو بمێنم تا بتوانم بنووسم و لە ڕێی نووسینەوە خزمەت بکەم.

لە سـەرەتا قۆنـاغی زانکۆکـانی کۆلۆمبیـا و نیویـۆرک داواکـارییەکم پێشکەش کردبوون کە تیایدا داوای ئەوەم کردبوو کە هاوکاریم بکەن تـا هـونەری وتـاردان دراسـە بکەم، بەڵام داواکەیـان ڕەد کـردمەوە و لەگەڵ ناکامیدا ڕووبەڕوو بوومەوە.

ئەو ڕۆژە بە ڕەتکردنەوەی داواکارییەکەم زۆر نیگەران بووم، بەڵام ئەمـڕۆ سوپاسـی خـوای گەورە دەکەم کە داواکەیـان ڕەد کـردمەوە، چونکە ڕاستەوخۆ دوای ئەوە لە قوتابخـانەیەکی شـەواندا (ئەنجـومەنی گەنجـان) دەسـت بەکـار بـووم و دەسـتم کـرد بە دەرسـوتنەوە و ئەو ئەنجامەی پێویست بوو بەدەستم هێنا.

گرنـگ لێرەدا ئەوە بـوو کە خوێنـدکارەکانی مـن بـۆ بەدەسـتهێنانی دبلـۆم و بڕوانامەکـانی تـری خوێنـدن نەهـاتبوونە پۆلەکـانەوە، ئەوان کەسانێک بوون کە نەیاندەزانی لەگەڵ گیروگرفتەکانیاندا مامەڵە بکەن، هەر بۆیە دەبـوایە مـن هاوکـاریم بکردنـایە و دەسـتم بگرتنـایە. ئەوان دەیانویسـت سـارێژی گیروگرفتەکانیـان بـکەن و لەسـەر پێـی خۆیـان ڕاوەستن.

لەگەڵ ئەوەی کە ئەوەی بە دەسـتم دەهێنـا کەم بـوو، بەڵام ئەم پیشەیە لە هەموو شتێک پیرۆزتر و خۆشەویستتر بوو لە لام.

لە مـاوەیەکی کورتـدا بـۆم دەرکەوت کە خوێنـدکارەکانم لە ڕاسـتیدا پیشەوەرن و دەیانەوێت خۆیان بۆ هونەرێکی تێروتەسەل ئامـادە بکە، لە ماوەیەکی کەمدا بە جۆرێک بڕوایان بە نەفسیان پەیدا کرد کە بۆ من جێگەی سەرسووڕمان بوو.

خوێندکارەکان بە جۆرێک لەگەڵ پێشکەوتندا ڕووبەڕووبوونەوە کە بۆ من جێگەی باوەڕ نەبوو. خوێندکارێک لە سەرەتادا لاری هەبوو لە دانی پێنج دۆلار ئێستا بەوپەڕی قەناعەتەوە بۆ هەر دەرسێک بیست دۆلار دەدات.

لە سەرەتادا تەنها شێوازی وتاردانم دەوتەوە، بەڵام دوای چەند ساڵ ئەزموون تێگەیشتم کە ئەم خوێندکارانە جگە لە هونەری گفتوگۆکردن پێویستیان بە هونەری دۆستایەتی هەیە، بەڵام لەو کاتەدا کتێبی پێویست نەبوو تا بیلێمەوە و لەسەری بڕۆم.

بۆ بەدەستهێنانی کتێب بە ناچاری خۆم دەستم پێکرد، لەوە دەترسام لە نووسینی کتێبەکاندا سەرکەوتن بەدەست نەهێنم، بەڵام خۆشبەختانە سەرکەوتنێکی ئێجگار گەورەم بەدەست هێنا کە باوەڕکردنی ئاسان نییە، سێ ملیۆن و پێنجسەد هەزار نوسخە لە یەک کتێب فرۆشرا!

لە ڕێگەی خوێندکارەکانمەوە بە مرووری زەمەن تێگەیشتم یەکێک لە کێشە و ئاستەنگە هەرە گەورەکانی خەڵکی نیگەرانییە، ئەوان سەبارەت بە نیگەرانی خۆیان دەدوان لە کاتێکدا لە هیچ شتێکیان کەم نەبوو.

لە دوای ماوەیەک بەرنامەڕێژی بۆ بەدەستهێنانی سوودێکی ئەوتۆ ڕۆیشتم بۆ کتێبخانەی شاری نیویۆرک، کاتێ بینیم لەم کتێبخانەیەدا (22) جۆر کتێب سەبارەت بە نیگەرانی بوونی هەیە لە کاتێکدا کە (189) جۆر کتێب سەبارەت بە جۆرەکانی مێروو بەرچاو دەکەوێت زۆر سەرسام بووم! گەورەترین کۆسپ و دەردی کۆمەڵگا بە ئەندازەی مێروویەک ئاوڕی لێ نەدرابووەوە.

بەهەرحاڵ، ئەو (22) جۆر کتێبەم بە باشی خوێندەوە سەرەڕای ئەو کتێبانە هەرچی سەرچاوەی تریش هەبوو سەبارەت بە نیگەرانی

هەمووم خوێندەوە. بەڵام لە کۆتاییدا بە ناچاری دەستم دایە کارێکی عەمەلی و لەم ڕوانگەیەوە زۆر خۆشحاڵ بووم.

ئەم کارە عەمەلییەش ئەم کتێبەیە کە ئێستا لە بەردەستی تۆی خوێنەردایە کە دەرچوونی حەوت ساڵ درێژەی کێشا. بۆ بەچاپگەیاندنی ئەم کتێبە هەوڵم دا زیاتر لە هەر کەسێکی تر گوێ بۆ ئەو کەسانە ڕادێرم کە بەسەر نیگەرانیەکاندا زاڵ بووبوون.

جگە لەمەش (170) کۆنفرانس سەبارەت بە زاڵبوون بەسەر نیگەرانیەکاندا بەسترا، بۆیە نامەیەکی زۆری ئەو کەسانەم بۆ زیاد کردوە کە پەیوەندییان بەم کۆنفرانسانەوە هەبووە. سەرەڕای ئەوەی کە ڕوونم کردەوە، ئەم کتێبە لە خەیاڵ و نەزەری پێک نەهاتووە وە پەیوەندی بە پەند و نەزەری فەیلەسووفانەوە نیە، بەڵکو هەوڵم داوە لە سەرتاسەری ئەم کتێبەدا بە بەڵگە و شاهیدەوە نیشانی بدەم کە چۆنچۆنی هەزاران نەفەر توانیویانە بەسەر نیگەرانییەکانیاندا زاڵ بن.

تایبەتمەندییەکی تری ئەم کتێبە ئەوەیە کە هەموو کەسێک دەتوانێت سوودی لێ وەربگرێت، هەتا تۆیش دەتوانی تاقی بکەیتەوە.

لەم کتێبەدا پەنام بۆ داستانی خەیاڵی نەبردووە، جگە لە چەند لایەنێکی دیاریکراو کە نەمویستووە ناوی ئەو کەسانە بێنم کە بە ناو و نیشان دەناسرێن، خۆشبەختانە زۆرێک لەوانە تا ئێستا لە ژیاندا ماون.

لە کۆتاییدا دەمەوێ بە بیرتانی بێنمەوە کە ئەم کتێبە شتێکی تێدا نییە کە نەیزانن، بەڵکوو هەر ئەو شتانەیە کە خۆتان دەیزانن بەڵام یا لە بیرتان کردووە یا بڕواتان پێی نییە. ئەم کتێبە بۆ ئەوە مەخوێنەرەوە کە بزانی چۆنچۆنی نووسراوە، بەڵکو بە مەبەستی کارپێکردن بیخوێنەرەوە. بەس پێکەوە دەست پێ دەکەین، پێش دەستپێکردن، تکایەکی بچووکم لە تۆی خوێنەری ئازیز هەیە!

بەشی یەکەمی بە باشی و بە وردی بخوێنەرەوە، ئەگەر بینیت هێزێکی تازە و شاراوە لە ناخی تۆدا دروست بووە بۆ زاڵبوون بەسەر نیگەرانیەکانتدا ئەوا لە خوێندنەوەیدا بەردەوام بە، ئەگەر هەستت بەو هێزە تازەیە نەکرد ئەوا کتێبەکە پارچەپارچە بکە و بیخەرە نێو ئاگرەوە.

دەزانی بۆ؟ چونکە بەکەڵکی تۆ نایەت...

دیل کارنگی

بەشی یەکەم

بەندی یەکەم

ڕاستییەک سەبارەت بە نیگەرانی ساتەکان بە دەستکەوت بزانە!

خوێندکارێکی لاوی زانکۆ لە بەهاری ساڵی(1871) خۆی ئامادە دەکرد بۆ تاقیکردنەوەی کۆتایی لە کۆلێژی پزیشکی. ئەو لە نەخۆشخانەی گشتی دەورەی هاوینەی بەسەر دەبرد. ئەم خوێندکارە گەنجە لەو ڕۆژانەدا زۆر قەڵەق بوو لە بیری ئەوەدا بوو کە دەبێ چی بکات و عاقیبەتی چی لێ دێت.

ئایا سەرکەوتوو دەبێت و ژیانی بۆ شێوەیەکی باشتر دەگۆڕدرێت؟ هەر لەو ڕۆژانەدا خوێندنەوەی چەند دێڕێکی کارای خووڕەوشتی کە بە زمانی ئینگلیزی لە بیستویەک وشە پێک هاتبوو، ئەو خوێندکارە قەڵەقەی ون کرد و ئەسەرێکی وای تێدا بەجێ هێشت کە بوو بە یەکێک لە گەورەترین پزیشکەکانی دەورانی خۆی.

خوێندکاری قەڵەقی دوێنێ، پەیمانگای پزیشکی (جون هوپکیز)ی بنیاد نا، کە هێشتا بەناوبانگیی خۆی لە دنیادا پاراستووە.

زانکۆی ئۆکسفۆرد ئەوی بە ناونیشانی پرۆفیسۆر لە بواری پزیشکیدا ناسی و تاجی شانازی لە سەری دانا.

ئەو خوێندکارە مشەوەشە بوو بە پزیشکێکی بەتوانا و بەناوبانگی ئەوتۆ کە ئاواتی هەموو یەکێک لە پزیشکەکانە.

لە دوای مردنی، ژیاننامەکەی لە کتێبێکی 1466 لاپەڕە بە دوو بەرگ بە چاپ گەشت و بڵاو کراوەیە.

خوێندکاری مشەوەشی جاران و پزیشکی سەرکەوتووی سەردەم لە سالانی دوایدا ناوی (سرویلیام ئاسلر) بوو ئەو بیستویەک وشەیەی کە کاریگەرییەکی زۆری لەسەر بەجێ هێشتبوو نووسینی (توماس کارلایل)ی نووسەری بەتوانای ئینگلیزی بوو.

ئێمەیش ئەو بیستویەک وشەیەمان وەرگێڕاوە بەو ئومێدەی کاریگەرییەکی ئەوتۆش لە ئێوەی خوێنەری ئازیدا دروست بکات.

{وەزیفە و کاری ئێمە ئەوە نییە کە نیگەرانی ئەو شتانە بین کە لێمانەوە دوورن، واتە لە بەردەستدا نین و نەناسراو و نامۆن، هەوڵی خۆمان لە پێناوی دڵەڕاوکێ و لە پێناوی خەونی چاوەڕواننەکراودا لە هەور و تاریکیدا بەکار ببەین. وەزیفە و کاری ئێمە ئەوەیە کە بە وردی هەوڵی خۆمان بخەینە گەڕ لە پێناو ئەو شتانەی کە لە بەردەستماندان)

دوای چل و دوو ساڵ، لە مانگەشەوێکدا (سرویلیام ئاسلر) وتاری بۆ خوێندکارانی زانکۆ دەدا و وتی:

"سەبارەت بە بەندە کە لە چوار زانکۆدا کورسیی مامۆستاییم هەیە و ناوێکی زۆر بەناوبانگ و ناسراوم هەیە چۆن بیر دەکەنەوە؟ لەوانەیە بیروبۆچوونتان وابێت کە بینای مێشکی من لەگەڵ کەسانی تردا جیاوازی هەیە، بەڵام وا نییە.

بە لایەنی کەمەوە ئەو کەسانەی کە لە خووڕەوشت و چۆنیەتی ژیانی من شارەزاییان هەیە، دەزانن کە مێشکێکی زۆر سروشتی وەک مێشکی ئێوەم هەیە"

کە وایە ڕاز و نهێنی سەرکەوتنی سرویلیام ئاسلر چییە، کە زۆر ڕاشکاوانە دانی پێدا دەنێت کە لەگەڵ کەسانی تردا جیاوازی نییە؟ خراپ نییە ئەگەر بابەتەکە لە زمانی خۆیەوە وەربگرین ئاگادار بین کە ئەم پزیشکە سەرکەوتووە چۆنچۆنی حسابی دوێنێ و ئەمڕۆ و

ئەمڕۆ و سبەی و سبەینێ و ڕۆژەکانی دیکەی بێکۆتایی، شایستەی هاتن و چوونی لە یەکتری جیا دەکردەوە.

سرویلیام ئاسلر چەند مانگێک پێش وتاردان لە زانکۆی "یال" لەگەڵ کەشتییەکی ئۆقیانووسیدا لە ئۆقیانووسی ئەتڵەسدا دەسووڕایەوە.

ئەو لەو سەفەرەدا زۆر بە وردی سەیری دەکرد کە بەڕێوەبەری (ناخودای) کەشتییەکە لە بەشی سەرەوەی کەشتییەکە دەوەستێت و تەواوی بەشە جووڵاوەکانی کەشتییەکەی لەژێر چاودێریدایە.

ناخوداکە دەیتوانی بە فشاردانی دوگمەیەکی بچووک گۆڕانکارییەکی زۆر بەسەر کەشتییەکەدا بهێنێت، ئەو تا دوگمەیەکی بچووکی فشار دەدا ڕاستەوخۆ دەنگی بەیەکدادانی ئامێرە گەورەکان کە لە بەرچاودا نەبوون بەرز دەبووەوە. سرویلیام ئاسلر بەوپەڕی سەرسوورمانەوە شاهیدی ئەم پەیوەندییەی بەشەکانی کەشتییەکە بوو، بەئاگا هاتەوە و بیری کردەوە کە سەفەری درێژتر ئەجهیزات و ئیمکانات و پێداویستی زیاتری دەوێت.

ئەو وەک ئەو موسافرانەی کە لە کەشتییەکەدا بوون ئەم داستانەی لە بیر نەکرد، بەڵکوو سوودی لێ وەرگرت بۆ ئامۆژگاریکردنی خوێندکاران سەبارەت بە بەشەکانی کەشتییەکە وتی:

"هەر یەکە لە ئێوە کۆمەڵێک و کۆنترۆڵێکی سەرسووڕهێنەرترن لەو کەشتی ئۆقیانووسە، کە بۆ سەفەرێکی دووررودرێژتر دروست بوون، تەنها شتێک کە لە ئێوەم بووێت ئەوەیە کە بەشەکانی ژیانی خۆتان بە جۆرێک ڕێک بخەن و بە جۆرێک بیخەنە ژێر کۆنترۆڵی خۆتانەوە کە بتوانن دوێنێ و ئەمڕۆ لەیەک جیا بکەنەوە سبەینێ بەبێ ئەوەی بوونی هەبێت لە کاری ئەمڕۆدا هەڵنەقورتێنن تا بتوانن ئەم سەفەرە دووررودرێژە بە سەرکەوتوویی بەسەربەرن و بەسەر شەپۆلی بێکۆتا و نەوەستاوی ژیاندا زاڵ بین."

ســـرویلیام ئاســلر، بــۆ زیــاتر کــاریگەری وتــارەکەی ڕووی لە خوێندکاران کرد و وتی:

" لە قۆنــاغە جۆراوجۆرەکــانی ژیانــدا دەرگــای پــۆلاین بە ڕووی دوێنێدا هەڵبەستن، چونکە چیتر بوونی نییە، پردێکی ئەستوور لەسەر دەرگــای داهاتووتــان هەڵبەســتن و هەوڵ بــدەن لە گۆشــەکانیەوە چاوەڕوانی سبەینێ بکەن، سبەی هێشتا نەهاتووە، سبەی بوونی نییە، ســبەینێ تەنهــا وشــەیەکی ســەرزارەکییە مرۆڤەکــان بــۆ لێکتێگەشــتن بەکــاری دێــنن، کە تــۆ دەڵێــی ســبەینێ بەرامــبەرەکەت دەســتبەجێ تێدەگات بەڵێ شەو دادێت و ڕۆژ دەبێتەوە پێی دەڵێن سبەینێ، بەڵام کە شــەو داهــات و ڕۆژ بــوویەوە تــۆ ناڵێــت سبەینێ بەڵکوو دەڵێیت ئەمڕۆ، کەواتە ئەمڕۆ داهاتووی تۆیە.

کەوایە تەنها ئاگاتان لە ئەمڕۆ بێت و هەوڵ بدەن ئەمڕۆ بە باشترین شێوە بەڕێ بکەن".

مەبەستی سرویلیام ئاسلر ئەمە بوو کە ڕابردووەکان لەبیر بکەیت و بەخــاکی بســپێریت، چــونکە تاڵییەکــانی بە دوو شــێوە شایســتەی لەبیرکردنە.

شــێوەی یەکەم: ئەوەیە کە توانیــوتە تەجــرەبەیەک و ئەزمــوونێکی تازە لە ڕابردووەکان وەربگریت و لە ژیانی ئەمڕۆدا سوودی زۆرت لێ وەرگرتووە.

شــــێوەی دووەم: ئەوەیە کە بە کەئــــابە و بێزاریــــدەربڕین بــــۆ نەهامەتییەکــانی ڕابــردوو جــگە لە خۆلەنــاوبردن هــیچ شــتێکی تــر بەدەســت نــاهێنی، چــونکە هــیچ کــاتێ بە خەمخــواردن ڕابردووەکــان نەگەڕاونەتەوە.

ســرویلیام ئاســلر لە وتارەکەیــدا ڕوی لەو خوێنــدکارانە کــرد کە هیدایەتی ئەویان بە کارێکی مەحاڵ دادەنا بۆ کەسانی سادە، وتی:

"وتم ڕابردووەکان بەوپەڕی توانا لە خۆت دوور بکەرەوە ئێستا بۆی زیاد دەکەم کە بە هەمان توانا داهاتوویش لە مەسیری بۆچوونی خۆت بخەرە ئەو لاوە. داهاتوو هەر ئەمڕۆیە. سبەینێیەک بوونی نییە. ئەو ڕۆژەی کە بەرجەستەیە ئەمڕۆیە، جگە لە ئەمڕۆ هیچ ڕۆژێکی تر ناتوانێ لە بەردەستدا بێت.

ئەو کەسانەی کە نیگەرانی سبەینێن بەبێ سوود وزەی خۆیان بۆ شتێک سەرف دەکەن کە بوونی نییە.

تەنها ئیشێک کە ئەم کەسانە بەئەنجامی دەگەیەنن فەراهەمکردنی مەشغوولی فکری و تووڕەیییە بۆ خۆیان بەم شێوەیە ئەمڕۆش لەدەست دەدەن.

دە دەرگا بە ڕووی هەیکەلی گەورەی داهاتوو و ڕابردوودا داخە و ئەمڕۆ لە دوێنێ و سبەی جیا بکەرەوە."

ئایا مەبەستی دکتۆر ئەمە بوو کە بۆ دابینکردنی داهاتوویش نابێ هەنگاو هەڵگرین؟ بەوپەڕی دڵنیاییەوە دەبێ بڵێین نەخێر و هیچ کات نابێ ڕێگەی خەیاڵێکی بەم شێوەیە بە خۆت بدەیت. بڕوای ئەو ئەمە بوو کە باشترین هەنگاو بۆ دابینکردنی داهاتوو بەئەنجامگەیاندنی کاری ئەمڕۆیە. ئەویش بە باشترین و شایستەترین شێوە.

سرویلیام ئاسلر کۆتایی کۆنفرانسەکەی بە خوێندنی نزایەکی بەیانیان هێنا. نزایەک کە خوێندکارەکانی بەو نزایە ڕۆژیان دەبردە سەر، نزاکەیش بەم شێوەیە بوو:

"خودایە! تەنها ڕۆزی ئەمڕۆمان بدە."

ئەگەر سەرنج بدەین دەبینین لەم نزایەدا تەنها داوای ڕۆزی یەک ڕۆژ کراوە وە بۆ داهاتوش هیچ داواکارییەک نەکراوە.

بۆ نموونە نەوتراوە خودایە وشکەساڵی و قاتوقڕی لە ڕێماندایە، بوونی گەنم و کەرەستەی خۆراک بە گوێرەی پێویست نییە، ئەم وشکەساڵی و قاتوقڕییە لە ئێمە بەدوور بگرە، چونکە نازانین لە کۆتایی ساڵدا ڕۆزی خۆمان چۆنچۆنی بەدەست دەهێنین!

لە ڕابردووەکاندا فەیلەسووفێک وەک زۆربەی فەیلەسووفەکانی تر لەگەڵ فەقیریدا نامۆ و بێگانە نەبوو، ڕێی کەوتە ناوچەیەکی زیخاوی (بەردەڵان) کە دانیشتوانەکەی بە ناڕەحەتییەکی زۆردا ژیانیان بەڕێ دەکرد.

دانیشتوانی ئەو ناوچەیە بۆ ڕزگاربوونیان لە سەختی و دژواری داوای هاوکارییان لەو فەیلەسووفە کرد، لە دەوری گردێک هەموویانی کۆکردەوە و وتارێکی بۆ دان، کە وتارەکەی لە بیستوشەش حەوت وشەیەک زیاتر نەبوو کە چەند حیکمەتێکی شاراوەی لەخۆ گرتبوو کە بە خێرایی لە تەواوی ئەو ناوچەیەدا بڵاو کرایەوە.

وتی: "ئەی خەڵکی لە بیری سبەینێدا مەبن. بۆچی سبەینێش ماوەیەکی تر لە کاتی ئێوە بگرێت. بۆ ئەمڕۆ هەر ئەو ناڕەحەتی و مەشاکیلانە بەسە."

هەندێک لەم وتەیەی عیسای مەسیح (لە بیری سبەینێدا مەبن) ڕەخنەیان گرت و بە پەندێکی ناشایستە و بێئەهمیەتیان زانی، هەندێکیان باوەڕیان وایە کە جگە لە باوەڕبوونێکی سۆفیانە هیچی تر نییە.

ئەم کۆمەڵە بڕوایان وایە کە دەبێ لە بیری سبەینێدا بین تا بتوانین ژیانی خۆمان دابین بکەین بە هەر شێوەیەک بێت. ئەوانە باوەڕیان وابوو کە پاشەکەوتێک بۆ پیری خۆیان بکەن و بە نەخشە بەرەو پێشەوە دەڕۆن.

بەڵێ، ئەوانەش ڕاست دەکەن و بۆچوونەکانیان هەڵە نییە. نارەزایی لە وتەکەی مەسیح لە ڕوانگەی دەربڕینێکی ترەوە بە جوانی نایەتە پێشچاو کە دەگەڕێتەوە بۆ وەرگێڕانی سێسەد ساڵ لەمەوپێشی ئینجیل.

لەو سەردەمەدا، واتە لە سەردەمی دەسەڵاتداری (جیمز)، پاشای ئینگلستان کە زمانی وەرگێڕانی ئینجیل بە ئینگلیزی بوو مەفهوومی فکر لەگەڵ ئەمڕۆدا گۆڕاوە.

(لە بیری ئەم ڕۆژانەدا مەبە)، بە دیقەتێکی زیاترەوە گۆڕاوە بە (نیگەران مەبە)، بەم شێوەیە بیرۆکەی واقیعی وتەی مەسیح عیسا (ع) بەم شێوەیەی لێهاتووە:

(نیگەران مەبە)

بەم شێوەیە ئازادن بۆ داهاتووی خۆتان پلان داڕێژن، بیر بکەنەوە و ئامادە بن، بەڵام نەهێڵن گوومانی خراپ لاتان پەرە بستێنێ. لە شەڕدا سەرکردەکان و ڕابەرەکانی هێزی نیزامی بۆ داهاتوو پیلانی جۆراوجۆر دادەڕێژن، بەڵام هیچ کات بۆ داهاتوو نیگەران نابن.

گێڕانەوەی وتەکانی دریاسالار (ئەرنست کینگ) سەرکردەی کەشتییەوانی ئەمریکا بەتاڵ لە سۆز نییە کە دەڵێ:

"من لێهاتووترین سەربازەکانم بە چاکترین سیلاح پڕچەک دەکەم و بە ژیرانەترین و ئیدارەترین شێوە بۆ ئەرکەکانیان دەنێرم. ئەمەو بەس! چونکە ئەگەر کەشتییەک لە حاڵەتی نوقمبووندا بێت من ناتوانم ڕێگری لێ بکەم، ئەگەر کەشتییەک نوقم بووبێت من ناتوانم دەری بهێنمەوە بەس باشتر وایە لە بیری داهاتوودا بین! تا ڕووداوێک کە لە ڕابردوودا ڕووی داوە چارەیەکی بۆ بدۆزینەوە باشترە لەوەی کە لە بیری ڕووداوەکەدا بین و نیگەرانی بۆ دەربڕین، چونکە دەزانم ئەگەر

ڕێگە بدەم ئەم نیگەرانیانە بەسەرمدا سەرکەون زۆر زوو لەپێ دەکەوم"

چ لە کاتی شەڕ و چ لە کاتی ئاشتیدا لە نێوان چاک و وردبیرکردنەوە و خۆگومڕاکردندا جیاوازییەکی زۆر هەیە.

لە کاتی ئاشتیدا هۆیەک دەگیرێتە بەر کە ئەنجامەکەی نەخشەیەکی مەنتقی و نەگۆڕە بۆ بەرەنگاربوونەوەی تەواوی هۆکارەکان. کاتی شەڕ عادەتەن تێکشکان و بێئومێدی لە دوایە و لە کۆتاییدا ڕق و کینە پەرە دەسێنێ.

لە کۆتایدا بڵاوکەرەوەی ڕۆژنامەی ناسراوی نیویۆرک تایمز بە ناوی (ئارترهیز سولز برجر) کە هەم خۆی بەناوبانگترین بەڕێوەبەرانی ڕۆژنامە بوو هەم ڕۆژنامەکەشی بەناوبانگترین ڕۆژنامەی ئەمەریکا بوو وتی:

"کاتێ کە ئاگری جەنگی جیهانی دووەم پەرەی سەند ئەوەندە بۆ داهاتوو نیگەران بووم شەوان نەمدەتوانی بخەوم. زۆربەی کات نیوەشەو لەسەر نوێنەکەم دەهاتمە دەرەوە و کەرەستەکانی وێنەکێشانم ڕووبەڕووی ئاوێنەکە دادەنا و هەوڵم دەدا وێنەی خۆم کە لەناو ئاوێنەکەدا بەدیار کەوتووە وێنە بکێشم".

سولز برجر لە دوای ڕوونکردنەوەی وێنەکێشانەکەی لە بەرامبەر بێزاری و ناڕەحەتیدا بۆ تەواوکردنی وتەکانی" وتی کە تەواوی زەحمەتەکەی بۆ لەناوبردنی نیگەرانی بێهوودەیە و ماوەیەکە نەیتوانیوە ئارامی خۆی بەدەست بهێنێ تا ئەو کاتەی بە ڕێکەوت کەلیماتێکی سادەی لە یەکێک لە سروودە مەزهەبیەکاندا بیست کە بەلایەوە زۆر گرنگ و دڵنشین بوو کە ئەو کەلیماتانەی کرد بە سەرمەشقی ژیانی.

ئەو کەلیماتـانەی هێشـتا لەبیـر نەکـردووە و بەم شـێوەیە بۆمـان دەگێڕێتەوە:

(ئەی پەرتـووکی هیـوا ڕێنمـونیم بکە. پێشـی پێم ڕوونـاک بـکەرەوە. نووری ئومێد بتـاوێنە. دیمەنی دوور دەستم ناوێت تەنها پێشـی پێم ڕووناک بکەرەوە. تەنها هەنگاوێک بەسە).

هەر لەو ڕۆژانەدا کە بەڕێوەبەری ڕۆژنامەی بەناوبـانگی ئەمریکـایی ئامـاژەی پـێ کـرد، گەنجێک لە مەیـدانەکانی شـەڕی ئەورووپـادا زۆر بێـزار و نـیگەران بـوو ئەگەر دکتۆرێـک نەگەشـتایەتـە فریـای ئێسـتا زیندوو نەبوو، داستانەکەی لە زمانی خۆیەوە ببیستن:

گەنجی ئەو ڕۆژە و پیـاوی بەسـاڵاچووی ئەمڕۆ نـاوی (جرمینـو)یە و خەڵکی مریلبندی ئەمریکایە دەڵێت:

... ئەرکێکـی زۆر سـامناکم پـێ سـپێردرا بـوو لە کـاتی شـەڕدا. دەبـوایە مـن نـاوی کوژراوەکـانم بنووسـیایە و ئەو جەسـتانەی کە لە مەیدانی شـەڕدا بەجێ مـابوون بمگێڕایەتەوە و ناونیشـانی تەواوم بۆ خانەوادەکانیان بناردایەتەوە لەگەڵ ئەو شتانەی کە لە گیرفانیانـدا یـان لەنــاو ئەو کیســەیەدا بــوو کە پێیــان بــوو، تــا یادگارییەکیــان لە ونبووەکانی خۆیانەوە هەبێت.

ترســێکی زۆر بــاڵی بەســەرمدا کێشــا بــوو کە نەوەکــوو لە بەئەنجامگەیاندنی ئەرکەکانمدا کەمتەرخەمی بکەم.

لەو کاتەدا بیرم دەکردەوە کە ئایـا ئەوەنـدە بە زینـدوویی دەمێنمەوە کە تەنهـا جـارێکی تـر منـداڵەکەم کە ئێسـتا شـانزە سـاڵانە، ببیـنم! هەرچەنــدە جەســتەم زۆر ســەلامەت بــوو چــالاک بــوو، بەڵام ئەم بیرۆکەیە منی خستبووە نێو گێژاوێکەوە و وەک شێتم لێهاتبوو.

که سەیری دەستەکانمم دەکرد جگە لە مشتێک پێست و ئێسقان هیچی ترم نەدەبینی. خەیاڵم دەکرد کاتێ دەگەڕێمەوە بۆ نیشتمان کەسێکی کەمئەندام و خانەنشین دەبم.

بە ڕەشبینییەوە بەرامبەر بە داهاتوو دەمڕوانی، هەموو ڕۆژێ وەک منداڵ دەگریام و بێزاریم دەردەبڕی.

کەم کەم گەشتمە ئەو ڕادەیەی کە خۆم هەستم دەکرد ئیتر کەسێکی ئاسایی نیم خەریکە دەروونم لەدەست دەدەم.

پێش ئەوەی (جرمینو) کۆتایی بە گفتە ڕووخێنەرەکانی بێنێت، ڕابردوو لە ناخیدا زیندوو بووەوە و وتی:

{... سەرئەنجام ئەم پەژارە و بێزارییانەی کە بووبوونە هۆی ڕەشبینیم ڕووەو نەخۆشخانەی سوپا ڕاپێچیان کردم.}

لە نەخۆشخانەدا پزیشکی چارەساز زۆر بە زوویی بەئاگا بوو لە نەخۆشییەکەم کە نەخۆشییەکی دەروونی و ڕۆحییە.

پزیشکەکە بە ڕوویەکی گەش و میهرەبان و ئاوازێکی کاریگەرەوە پێی وتم (داواکاری من لە تۆ ئەوەیە کە لە ئەمڕۆ بە دواوە ژیانی خۆت وەکو "کاتژمێری بەردینی کۆن" بێنیتە پێشچاو کە هەر ساتێک دەنکۆڵەیەکی بەرد لە ڕێڕەوی بەشی سەرەوە دادەبەزێتە ناو پارێزەرێکی زێرینەوە لە بەشی خوارەوەی ئامێرەکەوە هەر کارێکیش کە بکەیت ناتوانی زیاتر لە یەک بەرد لە ساتێکدا دابەزێنیتە بەشی خوارەوە مەگەر میکانیزمی ئەو ئامێرە تێکبشکێنی! من و تۆ هەر کامێکمان بۆ خۆمان وەکو ئەو کاتژمێرە واین.

بەیانیان کە لەخەو هەڵدەستین تا خۆرئاوابوون دەبێ سەدەها کاری جۆراوجۆر بە ئەنجام بگەیەنین. ئەگەر هەر کامێک لەو کارانە لە کاتی خۆیدا بە ئەنجام نەگەیەنین وەک ئەوە وایە کە هەوڵ بدەین لە

ساتێکی دیاری کراودا ڕێگە بە ژمارەیەکی زۆر لە دەنکۆڵە بەردەکان بدەین، واتە:

"میکانیزمی ئامێرەکە تێکبشکێنین" ئاشکرایە بەهۆی پەلەکردن لە دابەزینی دەنکۆڵە بەردەکان بۆ ناو پارێزەرە زێرپینەکەوە دەستکەوتێکمان جگە لە خراپکردن و لەکارخستنی کاتژمێرەکە بەدەست نەهێناوە.

لە ژیانیشدا ئەم پەلەپەل و کەم تاقەتییە جگە لە شۆکێکی بەهێز لە ژیان و لاوازی عەصاب و فشاری خوێن و تووڕەیی هیچی تری لێ چاوەڕێ ناکرێ.

"جرمینو" دەڵێت:

لەو ڕۆژە بە دواوە یاسای کاری (هەر ساتێک دەنکۆڵەیەک بەرد)م گرتووەتە بەر و لە تەواوی کارەکانمدا پەیڕەوی دەکەم، کە بەهۆیەوە توانیومە بەسەر نیگەرانی و نەخۆشییە دەروونییەکانمدا زاڵ ببم.

دەبێ ئەوەش بڵێم کە لە قۆناغەکانی تری ژیاندا لەم یاسای کارە یارمەتیم وەرگرتوە و ئەنجامێکی درەوشاوەم بەدەست هێناوە. ئێستا لە کۆمپانیایەکدا کە کاری بازرگانی بە ئەنجام دەگەیەنێت دەست بە کارم.

ئەم کۆمپانیایە بەهۆی کارەساتی جەنگەوە مەشاکیلی تایبەت بە خۆی هەبوو. دەبوایە دوابەدوای ئەو کارە، کاری جۆراوجۆرم بەئەنجام بگەیاندایە.

من کە ناچار بووم کە لە یەک ساتدا چەند گیرۆدەییەکی جیاوازم هەبێت بەبێ چەندوچوون وتەکەی دکتۆرم بە بیری خۆم دەهێنایەوە و بە خۆمم دەوت (هەر ساتێک بەردێک و هەر شوێنەی کارێک) بە دووبارەکردنەوەی ئەم ڕستەیە بەرنامەیەکی گونجاو و تەواوم دادەڕشت و کارەکان باشتر بەرەوپێشەوە دەڕۆشتن.

بوونی ڕێکوپێکی و بەئەنجامگەیاندنی کارەکان بە تەرتیب لە کات و شوێنی خۆیدا بووبوونە هۆی ئەوەی کە بەسەر نیگەرانیەکانمدا زاڵ ببم.

بە دڵنیاییەوە جێگەی داخە، بەڵام ناچارم بڵێم لە حاڵی حازردا زۆربەی سیستەمەکانی (چەرپاکانی) نەخۆشخانە ئەو کەسانە داگیریان کردووە کە گیرۆدەن بە نەخۆشی دەروونییەوە، ئەوەش بە هۆی جۆرێک لە ترس و نیگەرانی بۆ داهاتوویان سەرچاوەی گرتووە. ئەم کەسانە تێکشکاوی دەستی ڕابردوون و نیگەران و پەرێشانی داهاتوون.

ئەمانە زۆر بە زوویی دەتوانن ئاسوودەیی بە دەست بهێنن بە مەرجێک کار بە وتە بەنرخەکەی ولیام ئاسلر بکەن (خەمی سبەینێ مەخۆ) ئەم کەسانە پێویستە وتەکەی ولیام لە یاد نەکەن و هەمیشە حسابی دوێنێ و ئەمڕۆ و سبەی لە یەک جیا بکەنەوە.

ئێمە لە نێوان دوو ئەبەدیەتداین کە هەرگیز توانای گۆڕانیمان نییە. ئەبەدیەتی ڕابردوو و ئەبەدیەتی داهاتوو.

بۆ ئێمە ڕابردوو لە مالانیهایەوە دەستی پێ کردووە و تا بێکۆتا و داهاتوو بەردەوامە.

ئێمە لە خاڵی بەیەکگەیشتنی ڕابردوو و داهاتوودایین کە ئێستایە بۆیە دەبێ تەنها لە بیری سوودوەرگرتن بین لەم ساتەدا.

بە شێوەیەکی ڕوونتر ژیانی ئێمە لە بەرامبەر بێکۆتایی ڕابردوو و بێکۆتایی داهاتوودا، بە ئەندازەی چرکەساتێکیش شایەنی حساب بۆکردن نییە.

بەو هەموو هەوڵ و تەقەلایەوە جگە لە خۆماندووکردن بە تێپەڕبوونی زەمان هیچمان بۆ نامێنێتەوە، کەوایە بۆچی تا توانا و تەقەلامان ماوە لە ژیانی خۆمان سوود وەرنەگرین؟

بۆچی ڕازی بە زەمانێک نین کە دەتوانین ژیانی تێدا بەسەر بەرین؟

{هەموو کەسێک دەتوانێت کۆڵ و باری خۆی تا خۆرئاوابوون ڕابکێشێت هەر چەندێکیش قورس و گران بێت، هەروەها هەموو کەسێک دەتوانێت کارەکەی خۆی هەرچەند دژوار و ناهەموار بێت بۆ تەنها ڕۆژێک بە ئەنجامی بگەیەنێت.

هەر بوونەوەرێک دەتوانێت بە خۆشی و شەوقوزەوق و ئارامییەوە خۆرهەڵاتنێک بە ئاوابوون بگەیەنێت جگە لەمانە ژیان هیچ واتایەکی تری نییە.}

ئەم بیرۆکەیەی 'ئاستیونسون' ئەو ڕاستیەیە کە ژیان لە ئێمەی دەوێت.

ئافرەتێک بە ناوی 'شیدز' کە دانیشتوی شارۆچکەی 'میشیگانە' پێش ئەوەی ڕێ بباتە مەفهوم و ناوەڕۆکی (تا خۆرئاوابوون ژیان بەسەربردن) و بە تەواوی لێی تێبگات ئەوەندە ناڕەحەت و پەرێشان بوو لەوپەڕی نائومێدیدا مەبەستی خۆکوژی هەبوو.

با گوێ بۆ گفتەکانی ئەم خانمە ڕادێرین کە دەتوانێت کاریگەری لەسەر ئێمە بەجێ بهێڵێ.

{لە ساڵی 1937 مێردەکەم لەدەست دا. ئەوەندە گیرۆدەی خەمۆکی و نیگەرانی بووم کە هیچ کارێکم لە دەست نەدەهات.

فەقیری و نەبوونیش ئەم هەلەی قۆستەوە و شاڵاوی خۆی دەست پێ کرد، لە کاتێکدا کە لەوپەڕی نائومێدی و فەقیریدا بووم نامەیەکم بۆ خانەدانیک یا باشترە بڵێم بۆ بەڕێوەبەرێکی کاری پێشووم نووسی و داوای یارمەتیم لێ کرد تا بگەڕێمەوە سەر کاری پێشووم، کە فرۆشتنی کتێب بوو لە قوتابخانەی لادێکان و شارە دوورەکان.

بەڵام بۆ کارێکی لەم شێوازە پێویستم بە ئوتومبێل هەبوو.

دوو ساڵ لەمەوپێش واتە کاتێ کە مێردەکەم نەخۆش بوو، ئەو ئوتۆمبێلەی کە هەمبوو فرۆشتم، ئێستا بە هەر زەحمەتێک بوو خەرجی ڕۆژانەم سنووردار کردووە و توانیومە بڕێک پارە بۆ بەکرێگرتنی ئوتۆمبێلێکی کۆنە و داڕزاو پاشەکەوت بکەم بەم شێوەیە دەستم کرد بە فرۆشتنی کتێب.}

خانم "شیدز" بە بیرهێنانەوەی ئەو ڕۆژانە برینی کولایەوە و نیگەران بوو.

بە خاڵێکی نادیار سەرسام بوو و درێژەی بە گفتەکانی دایەوە:

(... وامزانی لێخوڕینی ئوتومبێل و شۆفێریکردن لە ڕێگەوبانەکانی دەرەوەی شار خەم و پەژارەم ڕادەماڵێت، بەڵام تەنیایی زیاتر لەوەی کە بیرم لێ دەکردەوە ئازاری دەدام. وا هەستم دەکرد ئارامگرتن لە هەلومەرجێکی ئاوادا لە سەرووی توانای منەوەیە.

هەندێ لە خەڵکی شارۆچکەکان کە بۆ فرۆشتنی کتێب پەیوەندیم پێوە کردبوون فەقیر و کەمدەست بوون هەر بۆیە زۆربەی کاتەکان بە ئەندازەی کرێی ئوتومبێلەکەش دەستکەوت و قازانجم نەدەکرد.

لە ساڵی 1937دا بوو لە شاری "میسوری" دەستم بە کارەکەم کرد، لەوێدا خراپی باری قوتابخانەکان و شەقامەکان و تەنیایی دەستیان دابوویە دەستی یەک و بە شێوەیەک شوێنپێیان پێ لێژ کردبووم تا ڕۆژێکیان بڕیاری خۆکوژیم دا تا لە دەستی ئەم ژیانە ماندووبەخشە ڕزگارم ببێت.

هیچ ڕۆژێک تروروسکایی و ئومێدێکم بەدی نەدەکرد، بۆ بەردەوامبوونی ژیان وەسیلەیەک لە ئارادا نەبوو.

بەیانیان کە ڕۆژ دەبوویەوە بێزار بووم لەوەی کە شوێنەکەم بەجێ بێڵم و بچمە سەر کار. لە هەموو شتێک دەترسام. ترسم لەوە هەبوو

کە نەتوانم کرێی ئۆتۆمبێلەکە و ئیجارەی ژوورەکەم لە کاتی خۆیدا دابین بکەم.

دەترسام نەتوانم پارووپەک نان بۆ تێرکردنی سکم بەدەست بهێنم، رۆژ بە رۆژ حاڵم خراپتر دەبوو دەستکەوتێکیشم نەبوو تا سەردانی پزیشکی پێ بکەم).

نازانم بۆچی کە خانمی "شیدز" گەشتە ئێرە زەردەخەنەیەکی کرد، بە پێویستم نەزانی پرسیار بکەم بەڵام سەرسام بووم:

(تەنها شتێک کە رێگری من بوو لە خۆکوژیدا خوشکەکەم بوو، چونکە خوشکەکەم لە تەمەنی منداڵیدا زۆر پەیوەست بوو بە منەوە، بیرم کردەوە کە مردنی من کاریگەرییەکی خراپ لەسەر خوشکەکەم بەجێ دێڵێ ئەمەش شتێک بوو کە من نەمدەویست.

لە لایەکی ترەوە بیرم لە دابینکردنی کفنودفنی خۆم دەکردەوە کە بۆ خوشکەکەم کارێکی دژوار بوو).

خانمی "شیدز" کە ئارامتر بووەوە رووی لێ کردم و وتی:

(بەڕاست بۆچی خۆمم نەکوشت؟)

منیش تەنها بە سەرڕاوەشاندنێک وەڵامم دایەوە.

(لەو هەلومەرجە ناهەموارەدا لە رۆژنامەیەکدا ریپۆرتاژێک سەرنجی ڕاکێشام، نازانم چۆن بوو کە خوێندمەوە. هەرچی بوو ئەو ریپۆرتاژە بووە هۆی دوورکەوتنەوەی تەشویشی نیگەرانی لە مندا و رووەو خۆشبەختی و سەرفرازی رێنمونی کردم.

ڕستەیەک لەو ریپۆرتاژە کە هەرگیز لە یادی ناکەم و ئێستاش لە یادمدا دەزرنگێتەوە بۆ ئێوەی بەیان دەکەم، کە ڕستەکە بەم شێوەیە بوو:

{بۆ ئینسانی ژیر و تێگەشتوو هەموو ڕۆژێک سەرەتای ژیانێکی تازەیە.}

ئەم ڕستەیەم لە ڕۆژنامەکە جیا کردەوە و بە شووشەی پێشەوەی ئوتۆمبێلەکەمەوە چەسپاند تا بۆ هەمیشە لە بیرمدا بێت.

کەم کەم تێگەشتم کە تەحەمولکردنی ڕۆژێکی سەخت و دژوار ئەوەندەش سەخت و دژوار نییە.

لەمەوە ئەو هونەرە فێر بووم کە دوێنێ لە بیر بکەم و بۆ داهاتوو نیگەران نەبم و هەموو بەیانییەک کە ڕۆژ دەبێتەوە بە خۆم بڵێم:

ئەمڕۆ ڕۆژێکی تازە دەست پێ دەکات.

بەم شێوەیە بوو کە توانیم زاڵ ببم بەسەر ترس و تەنیایی و نیگەرانی و زەروریدا. ئەمڕۆ بە گڕوتینێک و شەوقێکی ترەوە ژیانێکی خۆش بەڕێ دەکەم. لە کارەکانمدا سەرکەوتووم و دڵنیام کە هەرگیز پێشهاتەکانی ژیان نامترسێنن و ڕێگە بە نیگەرانی نادەم، هیچ باکێکم لە داهاتوو نییە. دەزانم کە ڕازیم بە هەر شێوەیەک بێت بۆ تەنها ڕۆژێک ژیان بەسەر بەرم، چونکە بۆ مرۆڤی ژیر و هۆشیار هەموو ڕۆژێک سەرەتای ژیانێکی تازەیە).

سەرنج بدەرە ئەم هۆنراوەیە:

خۆشبەخت کێیە؟

ئەو کەسەیە کە ئەمڕۆ بە ڕۆژی خۆی بزانێت و بە خەیاڵێکی ئاسوودەوە هاوار بکات:

ئای سبەی! ئای سبەی! هەرچیت لە دەست دێ بیکە.

درێغی مەکە

چونکە من ئەمڕۆم بەسەر برد! بەڕاست کێ ئەم هۆنراوەیەی هەڵبەستووە؟

لێگەڕێن تا بە بیرتانی بێنمەوە: ئەم وشانە 30 ساڵ پێش لەدایکبوونی حەزرەتی مەسیح (عیسا) بە پێنووسی "هوراس"ی شاعیری گەورە و ناوداری ڕۆمی داڕێژراوە.

ڕەنگە ئەو ڕۆژە بەم وشانە هاواری کردبێت، کێ ئەزانێت؟ تەنها ئەوە ئەزانم کە ئەم وشانە هێشتا تازەن وە گومانیشم وایە کە دووبارە شاعیر حەقی خۆیەتی کە ئەم هاوارە بکات... یەکێک لە ئارەزووەکانی مرۆڤ کە بەداخەوە کەسانێک کە خاوەنین کەم نین کە ناڕازین لە ئێستا و چاویان لە داهاتووە ئەویش داهاتوویەکی نادیار.

لەبری ئەوەی کە چێژ وەربگرین لە گوڵەکانی کەنار پەنجەرەکەی خۆمان کە بۆنیان کەشی ماڵەکانیان بۆنخۆش کردووین. بۆچی ئەوەندە بێئاگاین و لە واقیع هەڵدێین؟

وەرن با گوێبیستی وتەکانی "لیکوک" بین:

(سووڕی ژیان چەندە کورت و چەند سەرسووڕهێنەرە، منداڵ لە چاوەڕوانی گەورەبووندایە. کوڕی لاو ئارەزووی هەراشبوونە. ئەوەی کە هەراش بووە بەتەمای هاوسەرگیرییە و دێت و دەچێت.

ئەو هێشتا نازانێت چ قۆناغێکی لەپێشدایە.

بەڵام ئەو لەوە بێزارە کە گۆڕان بەسەر ئاراستەی فیکریدا بهێنێت. ئارەزووی گۆشەگیری پەیدا دەکات، چونکە بەم قۆناغە گەیشتووە حەز دەکات بگەڕێتەوە بۆ دواوە بە حەسرەت و داخەوە ڕێگە دەبڕێت. پێی وایە کە هەوای ساردی زستان کێوی خەونەکانی داڕماندووە... ئای... ئەم تەمەنە چەندە بە بێبەرهەم تێپەڕی). ئێمە چەند درەنگ تێدەگەین کە ژیان واتە هەمان ئەو خولەک و کاتژمێر و ڕۆژانەی کە ئاواتی تێپەڕبوونیانمان دەکرد. لاوێک هێشتا لەوە

نەگەیشـتبوو کە ژیـان واتە هەر ئەو چرکەسـات و ڕۆژانەی کە بە خێرایـی تێـدەپەڕێت، بەهـۆی گرفتـاریی و نیگەرانـی بـێ سـنوورەوە ئەوەندەی نەمابوو پەکی بکەوێت و خۆی لەناو بەرێت.

ئەو لەنـاو خێزانێکـی هەژاردا هـاتبووە دنیـاوە، لە ڕێـگەی ڕۆژنامەفرۆشـییەوە بـۆ یەکەمـین جـار بڕێـک پـارەی چنـگ کەوتبـوو. پاش ڕۆژنامەفرۆشی بە داودەرمان فرۆشییەوە خۆی خەریک دەکرد، ساڵەها تێپەڕی، سـەردەمانێک حەوت سـەر خێزانـی نـانخۆری هەبـوو، دەبـوو سـکی حەوت کەسـی تێـر بکـردایە، لە کتێبخانەیەکدا سـەرقاڵی کارکردن بوو.

هەرچەندە دەرامەتەکەشی کەم بوو، بەڵام چونکە دەترسـا کـارەکەی لەدەست بدات و نەتوانێت پارووە نانێک بۆ حەوت دەم پەیدا بکـات بە ناچاری هەشت ساڵی بە هەژاری لەو کتێبخانەیەدا بەسەر برد.

ڕۆژێک کە چەقۆ بە ئێسک و پروسکیدا ڕۆچووبوو دڵـی بە دەریـا سـپارد و بە پەنجـاوپێنج دۆلاری قەرز دەسـتی بە کارێـک کـرد کە بە درێژایی ساڵێک بیست هەزار دۆلار ڕژایە گیرفانییەوە.

بەڵام ئەم دەسـتکەوتە خۆشـبەختی لەگەڵ نەبـوو بـۆی، چـونکە ئەو ڕێژە زۆرەی دا بە یەکێک لە ئاشـناکانی بە مەبەسـتی قـازانج لە کـاری بازرگانیدا، بەڵام کاری ئاشناکەشی لەبـەر ئـەوەی قاچـاخ بـوو ئەویش شکسـتی خـوارد و تووشـی زەرەر و زیـانێکی گەورە بـوو. دوای ئەم کارەساتە جەرگبڕەیش ئەو بـانکەی پـارەوپوولی لـێ دادەنـا و حسـابی دانان و ڕاکێشـانی پـارەی هەبـوو لە زیـانەکەی ئاگـاداری کـردەوە، لەم حـاڵەتەدا مـایەوە لەگەڵ گیرفانێکـدا کە دینـارێکی تێـدا نەبـوو، لە بەرامبەریشدا شانزە هەزار دۆلاری تر هەڕەشـەی بژاردنـی زیـانەکەی لـێ ئەکـرد، واتە قەرزێـک ئەم توانـای بژاردنـی نەبـوو، ئـارامی لـێ هەڵگیرا، ئەم هەمووە ناکامی و شکستە؟

خۆی بۆی باسکردم: (خەو و خۆراکم لێ حەرام بوو، نەخۆشی و لاوازی شاڵاویان بۆ هێنابووم.

نیشانەی نەخۆشییەکی ترسناک کە ئێوە پێی دەڵێن نیگەرانی لە وجوودمدا دەرکەوت.

ڕۆژێک کە بە شەقامێکدا دەڕۆیشتم لە ناکاو توانای ڕۆیشتنم نەما و تەختی زەوی کەوتم.

کاتێ بەئاگا هاتم لەسەر چەرپای نەخۆشخانە خەواندبوومیان. هەموو لەشم زیپکەی کردبوو.

سەرسوورهێنەرتر ئەوەبوو کە زیپکەکان ڕۆژ بە ڕۆژ قووڵتر دەبوون و بۆگەنی ئەوانە زیادی دەکرد.

ئیتر لەسەر چەرپاکە نەمدەتوانی ڕابکشێم، ڕۆژ بە ڕۆژ لاوازتر دەبووم.

سەرەنجام پزیشکی چارەسەرم پێی ڕاگەیاندم کە تەمەنت دوو هەفتە زیاتری نەماوە.

ئەم هەواڵە زۆر بە سەختی ڕایچڵەکاندم. بە تەواوی لە ژیان نائومێد بووم.

بێدەنگی لێوەکانمی خواردبوو. ئیتر هەوڵ و نیگەرانی و تێکەڵبوون بە مەسائیلەکانی ژیان بێسوود بوون.

دەبوو خۆم بسپێرمە دەستی چارەنووس و لە چاوەڕوانی مردندا بە ئارامی دابنیشم.

لە کاتێکدا کە نازانم لە چ حاڵێکدا بووم خەو بردمیەوە، دەستەکانم قورس بوون و کەوتن بەسەر یەکدا.

پێش ئەم هەفتەیە لە شەو و ڕۆژێکدا لە یەک دوو کاتژمێر زیاتر نەخەوتبووم. بەڵام کاتێک خۆم دایە دەستی چارەنووس و وتم چیدەبێت با ببێت، توانیم وەکو منداڵی ساوا بێخەیاڵ و ئارام بچمە خەوێکی ئارامەوە.

ئەم حاڵەتەم چەند ڕۆژێک بەردەوام بوو، لەوپەڕی سەرسووڕمانمدا بینیم وزەی لەدەستچووم تا ڕادەیەک گەڕاوەتەوە.

وەکو ڕۆژانی ڕابردوو ئیشتیهام کراوەتەوە و حەزم بە خواردن دەکرد.

نەک تەنها ئەوەی کە لاوازی لەڕادەبەدەرم لەناو چوو بوو، بەڵکو بەرەو قەڵەویش دەڕۆیشتم).

سەیری لاشەیم کرد کە هیچ شوێنەوارێک لەو بەلا و لاوازییەی پێوە نەبوو. ئەو بەردەوام بوو دەیوت:

(... چەند هەفتەیەک تێپەڕی تا توانیم بە گۆچان بڕۆم بە ڕێوە. سەرتان نەیەشێنم، دوای یەک مانگ و نیو گەڕامەوە سەر ئیشی خۆم لە حاڵێکدا دەبوو مانگێک لەمەوپێش بمردمایە.

ئێستا خۆشحاڵم کە هەفتەی سێ دۆلار دەستکەوتم هەیە، ئەم دەستکەوتەشم لە ڕێی فرۆشتنی چەند پارچە تەختەیەک بەدەست هێنا کە بۆ پێش و پاشی ئوتومبێل دادەنرا تا ڕێگە لە جوولەی ئۆتۆمبێلەکە بگرێت.

بەم شێوەیە ئیتر پەندم لە بەسەرهاتەکەم وەرگرت.

ئیتر لە خۆمەوە نارەحەت نەدەبووم لەبەر خاتری ئەو ئاستەنگانەی کە تووشم دەبوون. بۆ داهاتوویش هیچ خەمم نەبوو. ڕۆژانە هەموو توانایەکی خۆمم لە فرۆشتنی پارچە تەختەکاندا سەرف دەکرد، بە ئەندازەی ئەوەی کە ڕۆژ بەسەر بەرم بیرم دەکردەوە).

ناوی ئەو پیاوە "ئایوانز" بوو، لە ماوەی چەند ساڵێکدا تەواوی کێشە و گرفتەکانی لەسەر دەرکرد و بەرەو پێگەیشتن و نەشونماکردن ڕۆیشت.

ئەوەندە بوو بە جێگای سەرنج، ڕەنگە بڕوا نەکەیت کە بەڕێوەبەری کرێکارانی کارگەی کاڵای (ئایوانز) ئەو بێت.

ئایوانز ساڵی (1945) یەکێک بوو لە سەرکەوتووترین و بەناوبانگترین بازرگانەکانی ئەمەریکا، ئەگەر ڕۆژێک ویستت بە فڕۆکە سەفەر بکەیت بۆ (گرین لەند) فڕۆکەی خۆتان لە فڕۆکەخانەی ئاواینز وەستاوە و ئامادەیە، فڕۆکەخانەیەک بە ناوی پیاوێک کە دەبوایە ساڵها پێش مردبوایە.

خاڵی گرنگ لە بەسەرهاتی ئایوانز ئەوەیە سەرەنجامی ئەو هەموو کوێرەوەری و دەردەسەرییە کە تووشی هاتبوو لە پەژارە و نیگەرانی خۆیەوە سەرچاوەی گرتبوو.

ئەگەر بەو ئەنجامە نەگەیشتایە کە نیگەرانبوونی بێهوودەیە و هیچ سوودێکی نییە جگە لەوە نەبێت کە پەلکێشی ئەکات و بەرەو کەنارەکانی مەرگ ڕاپێچی دەکات، بە هیچ جۆرێک و هەرگیزاوهەرگیز دەستی نەدەگەیشتە ئەو پلە و پایەیە کە لە سەرانسەری ئەمیرکادا خاوەنی ئەم ناو و نیشانە بێت.

پێنج سەدە پێش زاین "هەراکلوس" بە قوتابییەکانی دەوت:

(هەموو شتێک شایستەی گۆڕانە بێجگە لە یاسای هەتا هەتایی تێپەڕی ڕۆژگار. ئێوە ناتوانن قاچتان لە شوێنێکی جێگیری ئاوی زەریادا دابنێن، چونکە ئاوی زەریا وەک ژیان لە ڕۆیشتندایە، چەند ساتێکی تر قاچتان لە شوێنێکی تری ئاوەکەدا جێگیر دەبێت. لە یەک ئانوساتدا قاچت دەخەیتە ئاو ئەو ساتەش ئەمڕۆیە. بۆچی جوانی و ڕازاوەیی ئەمڕۆمان بە بیرکردنەوە لە کێشەکانی داهاتوویەک کە

تەمومژاوییە و لە گۆڕاندایە و کەس شارەزایی لە بارەوە نییە نابووت و ناشیرین بکەین؟ ڕۆمییە کۆنەکان دەیان وت:

ئەمڕۆ لەبەرچاو بگرە

سوود لە ئەمڕۆ وەربگرە

ئەمڕۆ لە دەست مەدە! ئێمەیش لەگەڵ تەئکیدکردنەوە بۆ قسەی ڕۆمییەکان دەڵێین: (بە هەردوو دەست دنیا بگرە و تا ئەو جێگەیەی دەکرێت سوودی لێ وەربگرە).

"لاول تۆماس" هەمان بیروڕای هەیە. لە کۆتاییدا شەوێکم لە کێڵگەکەیدا بەسەر برد. بینیم کۆمەڵێک ڕستەی جوانی زەبوری داودی لە قاپێکی جوان گرتبوو بە دیواری ژوورەکەیدا هەڵیواسیبوو، کە پرسیارم لە هۆکاری ئەمە کرد وتی:

(دەمەوێت هەمیشە ئەوانە ببینم و لە بیرمدا بن).

ڕستە هەڵبژێراوەکانی لاول تۆماس ئەمانە بوون:

خوا ئەمڕۆی بەدی هێناوە.

ئێمە لەزەتی لێ وەردەگرین.

بە خۆشی بەسەری دەبەین.

کاری سەرنجڕاکێشی "جان ڕۆلک"یش لە یاد ناکەم. ئەو لەسەر پارچە بەردێکی ساف و ڕەنگین وشەی (ئەمڕۆ)ـی هەڵکۆڵی بوو، لەسەر مێزی کارکردنەکەی دانابوو، منیش کارێکی هاوشێوەی ئەوەم کرد، هەڵبەتە نەک ئەوە کە بەردێک هەڵکۆڵم و لەسەر مێزی کارەکەم دامنابێ، نەخێر، من یەکێک لە هۆنراوە کاریگەرەکانی شانۆنووسی هیندی "کالیداسا"م نووسی و چەسپاندم بە ئاوێنەکەمەوە بۆ ئەوەی هەموو بەیانییەک کە ڕیشم دەتاشم سەیری بکەم و ئەو نووسراوە لە مێشکمدا بە باشی نەخش ببێ.

کەواتە یەکەمین شتێک کە لە بارەی نیگەرانییەوە فێربووین ئەوەیە کە ئەگەر دەمانەوێت لە ژیانماندا دووچاری نیگەرانی نەبین دەبێت وەکو "ویلیام ئاسلر" ڕەفتار بکەین، واتە دەرگای ئاسنین لە بەرامبەر ڕابردوو و داهاتوودا دابخەین و دوێنێ و سبەینێ تێکەڵ بە ئەمڕۆ نەکەین.

بۆ بەیادهێنانەوەی ئەوەی کە تا ئێستا خوێندووتەوە باشتر وایە کە ئەم پرسیارانەی خوارەوە خۆتان هەڵبژێرن و ڕاستگۆیانە و بە وردی وەڵامیان بدەنەوە:

1 ـ ئایا ئارامی ئەمڕۆم تێکدەم لەبەر خاتری کێشە و ئاستەنگێک کە ڕەنگە بێتە ڕێگەم؟

ئایا بە بۆچوونی وەهمی گوڵستانی پڕ لە گوڵی ئاسۆی دوورەدەست، بەرەو داخ و حەسرەت نابەم؟

2ـ ئایا ژیانی خۆم تاڵ ناکەم بەوەی کە لە وەخت و ناوەختدا داخ و خەفەت بخۆم بۆ تەمەنی لەدەستچووم؟

3ـ ئایا کاتێک لە خەو بێدار دەبمەوە و لە نوێنەکەم دێمە دەرەوە بیر لەوە دەکەمەوە کە تا ئەو ئاستەی کە دەتوانم سوود لە ئەمڕۆ وەربگرم و لەم ڕۆژە بەهرەمەند بم؟

4ـ ئایا بە تێڕوانین و وردبونەوەی جیاجیا بۆ هەر ڕۆژێک زیاتر بەهرەمەند نابی؟

5ـ چ کاتێک بۆ گرنگیدان بە ئەمڕۆ لەبەرچاو دەگری: هەفتەی داهاتوو؟ سبەینێ؟ هەر ئەمڕۆ؟

بەندی دووەم: فەرمانێک

خۆئامادەکردن بۆ بەرەنگاربوونەوەی خراپتر لە خراپ

ئایا تۆیش لە کۆمەڵەی ئەو کەسانەیت کە نایانەوێت هەنگاو بە هەنگاو بەرەوپێش بڕۆن و بە ئامانج بگەن و دەیانەوێت پێش کاتی دیاریکراو (موعد) کۆتایی داستانەکان بزانن، بە تەعبیرێکی باشتر دەکرێ تۆیش لەو کەسانە بیت کە پێش خوێندنەوەی لاپەڕەکانی کۆتایی کتێب ئارەزوو بکەیت دەستوورێکی کاری خێرا و بەسوودت بۆ بەرەنگاربوونەوەی نیگەرانی هەبێت.

ئەگەر وایە بە ڕێگەی کاریگەری "ویلیس.ە.گاریر" ئەندازیاری بەئەزموون و کارامە کە دامەزرێنەری هەواگۆڕکێ و پاکژکردنەوەیە سەرنج بدە.

ئەو ئەم ڕەوشەی بۆ زاڵبوون بەسەر مەشاکیلەکان و نیگەرانییەکانی خۆیدا بەکار هێنا.

یاسای کاری تەجرووبەکراوی "گاریر" باشترین ڕەوشە کە تا ئێستا بۆ زاڵبوون بەسەر نیگەرانیدا بینیبێتم. ئەوەی کە لە خوارەوە دەیخوێنیتەوە چەند کۆمەڵە وشەیەکن کە "گاریر" لە ڕوونکردنەوەی وەزعی خۆیدا بۆ منی بەیان کرد:

(... کاتێ کە لاو بووم لە کارخانەیەکدا بە ناوی "بوفالو فورج" کارم دەکرد، ڕۆژێک فەرمانیان پێ دام دەسگایەکی پالاوتنی گاز لە کارخانەی دروستکردنی شووشەی "پیتربورگ" لە ناوچەی کریستاڵ

لە شاری میسوری دابمەزرێنم، سەرکەوتن لە کاری دامەزراندنی دەسگایەکی لەم جۆرە ملیۆنەها دۆلار سوود و قازانجی دەبوو.

مەبەست لە دامەزراندنی دەسگای ناوبراوی پاڵاوتنی گاز بۆ لەناوبردنی خڵتەکان بوو بۆ ئەوەی بەبێ ئەوەی زیانێک لە ئامێرەکان بکەوێت گازی دەستکەوتوو بە باشترین شێوە بسووتێت و سوودمەند بێت. پاڵاوگەیەکی بەم شێوەیە لە ڕاستیدا ڕەوشێکی تەواو تازە بوو.

بە نادیاری و نەوتراوی نەمێنێتەوە ئەم دەسگایە پێشتر بە ڕێگەی جیاواز تاقیکرابۆوە، بەڵام لە کارخانەی دروستکردنی شووشەدا مەشاکیلی چاوەڕواننەکراو لە کارەکانی مندا سەری هەڵدا.

بە هەر شێوەیەک بوو دەسگاکەم دامەزراند و خستمە گەڕ، بەڵام سەرەنجام کارەکە ڕازیبەخش نەبوو. سەرنەکەوتنم بە شێوەیەک گێژی کردبووم وەک بڵێی کێشرابێت بە سەرمدا، نەمدەتوانی بیرۆکەکانم کۆ بکەمەوە.

ئەوەندە نیگەران بووم کە دەسگاکانی ناوەوەی جەستەم لە کار کەوتبوون و نیگەرانی و ناڕەحەتی خەویان لە چاوەکانم تۆراندبوو.

دوای ماوەیەک نیگەرانی و بێزاری بیرم لە خۆم کردەوە: سەرکەوتن بەبێ هەوڵدان بەدەست نایەت و بەم هەموو جەنجاڵی و تەشویشەوە منیش ئامادەی چالاکی نیم لە کاتێکدا کە لە جەنجاڵییەوە هیچ کارێک سەرچاوە ناگرێت.

هەر بۆیە ڕێگە بدە بەبێ تەشویش و جەنجاڵی دەستبەکار بم و نەتیجەکەی ببینم. فەرمانم بە خۆم دا کە چیتر نیگەران و مشەوەش نەبم! و ئارامی خۆم بپارێزم. ناوەخن و دەروونی شێواو و ماندووی من بەم فەرمانە قایل بوو، نزیکەی سێ ساڵ دەبێت کە ئەم فەرمانەی لەبیر

نەکردووە، بەڵام چۆن بوو لە چ ڕوانگەیەکەوە بوو کە پاڵم بە تەشویش و نیگەرانییەوە نا، جێگەی پەسەندکردن بوو لە دەروونی شێواومدا؟

هەوڵی من بە سێ قۆناغ بوو.

قۆناغی یەکەم:

بێلایەنانە و بێترس حاڵی خۆمم بەراورد کرد تا تێبگەم لە کاتی سەرنەکەوتندا چ حاڵەتێک دێتە پێش لە عاقیبەتی خراپ چی چاوەڕوان دەکرێت! لەم قۆناغەدا تێگەیشتم کە هیچ کەسێک مەبەستی بە دواداگەڕانی منی نییە و نایەوێ بمگرێت و زیندانیم بکات و لەسێدارەم بدات. خراپترین حاڵەت ئەمە بوو کە کارەکەم لەدەست بدەم، یا لە کۆتاییدا کارخانەی "بوفالوفورج" ئامێرەکانی خۆی وەربگرێتەوە و بڕێک زەرەرمەند ببێت.

قۆناغی دووەم:

دوای لەبەرچاوگرتنی خراپترین سزا خۆمم بۆ تەحەمولکردنی ئەو سزایە ئامادە کرد. لەم قۆناغەدا بە خۆمم وت: ئەگەر کارەکەت لەدەست بدەیت ئەوا ناوبانگییەکەت لەکەدار دەبێت، دوای ئەوە وەڵامی خۆمم دایەوە:

ئەگەر کارەکەم لەدەست بدەم دەتوانم کارێکی تر بگرمە دەست، بەڵام بۆچی بیر لە بەڕێوەبەرانی کارخانە نەکەمەوە کە زۆر گرنگییان بەم کارە داوە؟

ئێمە سەرگەرمی تاقیکردنەوەی دەسگایەکی تازەین و ئەوانیش ناچارن تەحەمولی زەرەری کاری تازە بکەن و بە هەمان شێوە کە چاوەڕوانی سوود و دەستکەوتن. لە بەرامبەر لێکۆڵینەوەی زانستی

ئەم جۆرە زیانـانە بێبـایەخن. دوای وەبەرهێنـانی ئەگەری زیانەکـان جـۆرە ئـارامییەکم بـۆ هـاتە پـێش کە هەسـتم بە جـۆرە حـاڵەتێکی سەرسوورهێنەر کرد کە تا ئەو کاتە هیچ ئارامییەکی بەم شێوەم بە خۆمەوە نەبینی بوو.

قۆناغی سێیەم:

بەوپەڕی خوێنســـــاردییەوە تەواوی توانـــــای خـــــۆمم بـــــۆ ڕووبەڕووبـونەوە لەگەڵ خراپتـرین حاڵەتـدا ئامـادە کردبـوو، کە لە نـاخەوە پێیـان قایل بـووم. سـەرەتا بۆ بەرگریکـردن لە زیـان بیست هەزار دۆلارم هێنا کە ئەگەر سەرنەکەوتم بیدەمە چەند ئامێرێک.

دوای چەند جارێک تاقیکردنەوە گەشتمە ئەو نەتیجەیەی کە ئەگەر بـایی پێـنج هەزار دۆلار پـارچە و پێویسـتی تـازە بەکـار بهێنـین مەشاکیلی ئێمە خۆی بۆ خۆی چارەسەر دەبێ.

ئەم کارەم جێبەجێ کرد. لە کۆتـایی کارەکەدا لە باتی بیست هەزار دۆلار زەرەر پانزە هەزار دۆلار قازانج بوو. ئەگەر بمویستایە لەسـەر ســـــەرقاڵی و نیگەرانـــــی بەردەوام بـــــم و لە زەرەری تـــــازە واتە سەرفکردنی پێنج هەزار دۆلار چاوپۆشی بکەم هیچ کات نەتیجەیەکم دەست نەدەکەوت، چونکە ئەو بیست هەزار دۆلارەیش لەناو دەچوو لە کاتێکدا کە ئەم پێـنج هەزار دۆلارە بە لایەنـی کەمەوە پـانزە هەزار دۆلار سوودی بۆ کارخانە هەبوو.

لە ڕاســـــتیدا تەواوی ئەم ڕووداوانە بەهـــۆی مێشـــک ســـافی و تەرکیزەوە هاتنە پێش، چونکە یەکێک لە ترسناکترین کاریگەرییەکانی نیگەرانی بریتییە لە لەناوچوونی هێز و بیرکردنەوە.

کاتێ کە گیرۆدەی نیگەرانین بەبێ هـۆ بەمـلاولادا دەڕۆیـن و توانـای بڕیاردانمـان نـامێنێ، بەڵام کـاتێ خۆمـان بـۆ خراپتـرین سـزا ئامـادە

کردبێ و قایل بین پێی دەتوانین خۆمان لە ڕەشبینی بە دوور بگرین وە خۆمان لە حاڵەتێکدا بهێڵینەوە کە بتوانین تەرکیزمان هەبێت و زاڵ بین بەسەر ئاستەنگەکاندا.

ئەم بەسەرهاتانە پەیوەندیان بە چەندین ساڵ لەمەو پێشەوە هەیە، بەڵام سەرئەنجام و نەتیجەی ئەمە ئەوەندە بەرز و گەورە بوو کە هێشتاش پابەندم پێیانەوە و سەرئەنجامی ئەمەش ژیانێکی بێدەردەسەری و ئاسوودە بەسەر دەبەم).

ئێستا با لە کارەکانی "گاریر" ورد ببینەوە و ببینین بۆچی تا ئەم ئاستە لە ڕووی دەروونناسیەوە گرنگی هەیە؟

یەکەمین بەهای ئەو لە قۆناغی کارکردندا ڕزگاربوونمانە لە لافاوی نیگەرانی و پەرێشانی، چونکە بە شێوەی ئامۆژگارییەکە ئەگەر کاری پێ بکەین لە بەرامبەر ڕووداوی ڕاچڵەکێنەردا بەئاگامان دێنێتەوە، سەرنجمان ڕادەکێشێت بۆ دوورکەوتنەوە لە سەرقاڵی و هەڵهاتن لە دەستی واقیع. بەڕاست ئەگەر بنکەیەکی جێگیرمان نەبێت چۆنچۆنی و بە چ جەسارەتێک دەتوانین دەروازە بە ڕووی ئومێدەواری والا بکەین؟ ئەگەر پاڵپشتێکمان نەبێت چۆن دەتوانین لە بەرامبەر نەهامەتیدا بوەستین؟

موبالەغە ناکەم ئەگەر "پرۆفیسۆر ویلیام جیمز" باوکی دەروونناسی زانستی کە ساڵانێکی زۆرە بەسەر مردنی ئەودا تێدەپەڕێت، بەڵام ناوی ماوە و لە درەوشانەوەدایە، ڕێسایەکی کاریگەر (قایل بوون بە لە سەروو تاریکییەوە) دەبیستێت، لە ناخی دڵەوە قایل بوو بەوە، چونکە ئەو لە دەورانی ژیانیدا بە شاگردەکانی دەوت: (ڕووداو بە هەر شێوەیەک کە هەیە قایل بە پێی و خۆتی بۆ ئامادە بکە و بە هەمان شێوەش قایل بە پێی، لەگەڵ ئەوەشدا قایلبوون بەو ڕووداوانەی کە ڕوو دەدەن یەکەمین هەنگاوە بۆ لەناوبردنی ئازار و نەهامەتییەکان، بیرۆکەیەکی هاوشێوەی ئەم بیرۆکەیە لە کتێبێکی

بەناوبانگ بە ناوی "اهمیه الحیاة" "گرنگی ژیان" هەیە، کە فەیلەسووفی بەناوبانگی چینی بە ناوی "لین یوتانگ" لە کتێبەکەیدا نووسیویەتی:

(... ئـارامی ڕاسـتەقینە کاتێـک دێـتە پـێش کە مـرۆڤ جەسـتە بە سەختترین ڕووداو بدات و خراپترین ئەنجام قبوڵ بکات).

لە ڕوانگەی کاریگەرترین ڕێگەی ئازادکردنی تواناکانی کار هـاتووە، کە ئەویش قـایلبوون بە واقیـع و کارەسـاتی نەویسـتراو و ناونیشـانی ڕاستییەکە، چـونکە کـاتێ بەم واقیعیەتە قایـل بـووین و باوەڕمـان پـێ کـرد ئەو کـاتە بـۆ زاڵبـوون بەسـەر کاریگەرییـە خراپەکانیـدا هەنگـاو هەڵدەگرین.

لە دیدگای دەروونناسییەوە ئاسوودەیی و ئەرکەکانی ئازادبوون و ڕزگاری توانا کاراکانی مرۆیی دەستەبەر دەکات.

کاتێ بە خراپترین ئەنجام قایل بووین ئیتر شـتێکمان بۆ لەدەسـتدان نییە کە لە پێناویدا بترسین و نیگەران بین! " گـاریر" وتەکـانی کۆتـایی پێ هێنا بە بەدەستهێنانی ئەم ئامانجانە:

(... دوای قایلبوون بە خراپترین ئەنجام دەگونجێ زۆر بە زوویـی و بە ئاســـــوودەیی لە دەرگـــــای کـــــامەرانی بـــــدەین و ئەم هەســـــتە سەرسوڕهێنەرەشم تاقی کردەوە کە لەوەوپێش بە بیرمدا نەهـاتبو. لە دوای ئەمانە بوو کە توانیم بە باشـی بیر بکەمەوە و کـار بکەم و ئەو ئەنجامەش کە پێویست بوو بەدەستی بێنم، بەدەستم هێنا.)

بڕوا ناکەم بتوانین کەسێک بدۆزینەوە کە کێشەی هەبێت لە کاتێکدا کە بە ژیـرانە کـار بکـات و هەوڵ بـدات بـۆ ئاسـوودەیی و دابینکردنـی ژیـــان؟ بەڵام کەســـانێک هەن کە ژیـــان و ئاســـوودەیی خۆیـــان بە نیگەرانی و پەشێوی تێکەڵ دەکەن و سـەرەنجام هەوڵ و تەقەلاکانیـان بەفیڕۆ دەچێت.

جێگەی داخە کە بڵێم کۆمەڵێکی زۆر خەڵک هەن کە ژمارەیان لە سەد ملیۆن تێدەپەڕێت. ئەم کۆمەڵە لەبەر ئەوەی نایانەوێ قایل بن بە ئەنجامی نەویستراو، لە دوای هەوڵ و تەقەلاکانیان بۆ چاکسازی بخەنە گەڕ، هەموو هەوڵ و تواناکانیان بەفیڕۆ دەدەن .دەتوانم بڵێم زۆرترین توانا کە هەیانە توانای هەڵهاتنە، هەڵهاتن لە ڕاستی (واقیع).

خراپ نیە ئەگەر سەرنجێکی ئەو کەسانە بدەین کە لە (یاسای کار) 'دستورالعمل' و ڕەوشی "ویلیس" بەهرەمەند بوون.

یەکێک لەو کەسانەی کە لە ڕێساکەی بەهرەمەند بووە بەڕێوەبەری کۆمپانیایەکی گەورەی دابەشکردنی نەوتە لە نیویۆرک. ئەو یەکێکە لەو خوێندکارانەی کە دەرسم پێ وتووەتەوە، بەهرەمەندبوونی لە ڕێساکەی "ویلیس" بەم شێوەیە ڕوون دەکاتەوە:

(... ویستیان کلاوم لەسەر بنێن. بە شێوەیەک پیلانیان دارشتبوو کە جگە لە فیلمە سینەماییەکان کە ئەکتەران و نووسەرانی هەموو بوارەکان سیناریۆی بۆ دادەڕێژن، لە هیچ جێگەیەکی تر پیلانێکی بەو شێوە دانەڕێژرابوو.

ئەوانە بە کردار دەیان ویست باج و سەرانە لە من وەربگرن. کۆمپانیای دابەشکردنی جۆرەکانی سووتەمەنی کە بەڕێوەبەرایەتی لە ئەستۆی مندایە ژمارەیەک ئوتۆمۆبیلی بۆ تەرخان کرابوو. شۆفێران، جۆرەکانی سووتەمەنییان لە من وەردەگرت و بەهۆی تەنکەری نەوتکێشەوە دابەشیان دەکرد.

لەو سەردەمەدا نەوت یەکێک بوو لە قەیرانەکان کە نەمدەتوانی هەر بڕێک کە کڕیار دەیەوێت نەوتی بۆ دابین بکەم، بەلام هەندێ لە شۆفێرەکان بەبێ ئاگاداری من بە هەندێ لە کڕیارەکانی خۆیان نەوتیان دەفرۆشت، بەلام بە نرخێکی گرانتر، یەکەمین هەواڵی ئەم معامەلاتەم لە ڕێگەی پیاوێکەوە بیست کە خۆی بە چاودێری دەوڵەت

لە قەڵەم دەدا. ئەو دوای خۆناساندنی داوای حەقی بێدەنگی خۆی دەکرد، کۆمەڵێک بەڵگە و دۆکیومێنتی نیشان دام کە کاری سەرپێچیکەرانەی شۆفێرەکانی نیشان دەدا.

ئەو بە هەڕەشەکردنەوە وتی ئەگەر بەرتیلی نەدەمێ و داواکارییەکانی جێبەجێ نەکەم ئەوا بەڵگەنامەکان تەسلیمی دادگای ئەو ناوچەیە دەکات.

هەڵبەتە ئەوەم دەزانی کە بۆ خۆم جێگەی هیچ نیگەرانییەک نییە خاترجەم بووم، بەڵام لەم بابەتەیشەوە هەواڵم هەبوو کە یاسا بەڕێوەبەری دامەزراوەکان و کۆمپانیاکان بە بەرپرسیاری کار و ڕەفتاری کارکەران دەزانێت، لەوە دڵنیا بووم کە ئەگەر کار بکێشێتە دادگا ئەوا کاری ڕۆژنامەکانیش دێتە ئاراوە کە ئەمەش لەکەیەکی گەورەی نەویستراو بوو کە دەهاتە نێو کارەکەمەوە، چونکە من شانازیم دەکرد بە دائیرەیەکی کۆمپانیا، کە باوکم 24 ساڵ لەمەوپێش دامەزرێنەری بوو، نەمدەتوانی تەحەمولی ڕاگەیاندنی خراپ لە دژی کۆمپانیاکە بکەم. هەڕەشەی ئەو چاودێرە و هەنگاوی نابەجێی شۆفێرانی تاوانبار ئەوەندە منی نارەحەت کردبوو کە بە توندی هەستم بە نەخۆشی دەکرد. شەو و ڕۆژی خۆمم نەدەزانی و خەو و خۆراکم جەنجاڵی و نیگەرانی بوو.

بە تەعبیرێکی تر ڕووەو شێتبوون دەڕۆشتم. یا دەبوایە پێنج هەزار دۆلار بڕی داواکراوی کابرای چاودێر دابین بکەم یا پێی بڵێم کە هەر کارێکت لەدەست دێ کەمتەرخەمی مەکە و هەستە بە جێبەجێکردنی! جگە لەم دوو ڕێگەیە چارەیەکی ترم نەبوو. نارەحەتی بە هەمان شێوە شالاوی دەهێنا و من سات بە سات بۆ دواوە دەڕۆشتم تا شەوێک لە شەوان کە شەوی یەکشەممە بوو نامیلکەیەکی بچکۆلانەی "دیل کارنگی"یان دایە دەستم، کە لە پۆلەکاندا

بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی نیگەرانی دەخوێنرا. لەو نامیلکەیەدا ڕێگەکانی زاڵبوون بەسەر نیگەرانیدا دەستنیشان کرابوو.

نامیلکەکەم پەڕە بە پەڕە خوێندەوە تا گەشتم بە داستانی "ویلیس گاریر"، کە باسی لە ڕازیبوون و قایلبوون بە خراپ لە خراپتری دەکرد. لەو ساتەدا لە خۆمم پرسی:

ئەگەر بڕی پارەی دیاریکراو نەدەمە کابرای چاودێری تەڵەکەباز و پەیوەندی بە دادگاوە بکات خراپترین سزا بۆ من چی دەبێت؟ خراپترین شت ئەوەیە کە زیان لە کارەکەم دەکەوێت چون من هیچ کارێکی وەهام ئەنجام نەداوە تا بمخەنە نێو بەندینخانەوە .بەڵام بەهەرحاڵ ناو و شۆرەتم لەکەدار دەبێت .ئەمە خراپترین ئەنجامی کابرای تەڵەکەبازە کە بە ناچاری دەبێت پێی قایل بم. بەڵام لە دوای ئەوە چی دەبێت؟ هیچ! بە لایەنی کەمەوە لەوانەیە کۆمپانیا زەرەر بکات و هەڵکشێت، دوای ئەوە چی دەبێت؟ هیچ! من بە کارێکی ترەوە سەرقاڵ دەبم. کۆمپانیایەکی زۆر هەن کە منیان بەلاوە زۆر پەسەندە، چونکە خاوەن ئەزموون و تەجرەبەیەکی زۆرم لە بواری بەڕێوەبردنی کاروباری سووتەمەنی و نەوتدا بە بڕێک پارەی باش دامدەمەزرێنن. هەر کە بەم قۆناغە گەیشتم هەستم کرد حاڵم ڕووەو باشتر دەڕوات. ئەو ترس و نیگەرانییەی کە زیاتر لە سێ ڕۆژە دەست لە سەرم هەڵناگرێت کەم بوویەوە دەروونم هەڵگەڕایەوە و ڕووەو ئارامی دەڕۆشت و بەوپەڕی سەر سووڕمانەوە تێگەیشتم کە دەتوانم باشتر بیر بکەمەوە. بیری خۆمم بۆ هەنگاونانی سێیەم ڕووەو چاکسازی (خراپترین سەرئەنجام) ئامادە کرد. ئەم جارە وەک ئەوەی فریشتەی ئیلهام بە من بڵێ:

(بۆچی سەردانی ڕاوێژکاری یاسایی خۆت ناکەیت؟)

بەڵێ دەبوایە ئەو کارەم بکردایە، پێدەچوو ئەو چارەیەکی بدۆزیایەتەوە کە هەرگیز بە بیری مندا نەهاتبێ. بۆچی پێشتر ئەو بیرۆکەیەم لە لا دروست نەبوو؟

دەبێ دان بەوەدا بنێم کە لە توندی نیگەرانییدا توانای بیرکردنەوەیەکی چارەسازم نەبوو! پێش ئەوە تەنها بیرم لە ئاستەنگەکە دەکردەوە و خەم و پەژارە بواری نەدەدا ڕێگەیەکی چارەساز بە بیرمدا بێت. ڕاستەوخۆ بڕیام دا کە سبەی بەیانییەکەی پێش هەر کارێکی تر سەردانی ڕاوێژکاری یاسایی خۆم بکەم. دوای ئەوە بە بیرێکی سافەوە چوومە ناو نوێنەکەمەوە و تا سبەی بەبێ پەشێوی چوومە نێو خەوەوە.

سەرەنجام چی بوو؟ هیچ! بەیانی ڕۆژی دوایی ڕاوێژکاری یاساییەکەم پێشبینی کرد کە خۆم سەردانی دادگا بکەم و کێشەکەی لەلا باس بکەم. ئەمرەکەیم بەجێ هێنا. کاتێ داستانەکەی خۆمم بۆ دادوەر باس کرد بەوپەڕی سەرسووڕمانەوە ڕوونی کردەوە کە ئەو کەسە چاودێری دەوڵەت نییە و کەسێکی تەڵەکەباز و کڵاوبەردارە کە ماوەیەک لەمەوپێش لە ژێر چاودێریدا بووە. پایەی دادوەری بە تۆمەتی هەڵقۆستنەوە و سوودوەرگرتن لە پایەکانی دەوڵەت فەرمانی دەستگیرکردنی ئەم تەڵەکەبازەی دەرکرد. ئێستا خۆتان سەرپشک بن لە بیستنی ئەم هەواڵە چ ڕووداوێک بۆ من هاتە پێش دوای سێ شەو و ڕۆژ نیگەرانی ئەم هەواڵە چ کاریگەرییەکی ئارامبەخشی بۆ من بەجێ هێشت).

ئەم بەڕێوەبەری کۆمپانیای دابەشکردنی نەوتە ڕاشکاوانە لە لای من دانی بەوەدا نا کە نیگەرانی بواری بیرکردنەوەی نەداوە کاتێ توانی خراپترین قبوڵ بکات مەیدانی نواندنی بیرۆکەکانی بۆ واڵا بوو. ئەو وتەکانی بەم ئەنجامانە کۆتایی پێ هێنا:

(... ئەم ئەزموونە بوو بە دەرسێکی هەمیشەیی بۆ من تا ئێستا لەگەڵ هەر کێشەیەکدا ڕووبەڕوو دەبمەوە ڕاستەوخۆ پەنا دەبەمە بەر یاسای کاری موعجیزەئاسای "کاریر" کە قایلبوونە بە خراپ لە بەرامبەر خراپتر و زەمینەیەک بۆ بیر و هۆشم بخولقێنم تا ڕێگەچارەیەکی گونجاو بدۆزێتەوە).

لەو کاتەدا کە "کاریر" خاوەنی کارخانەی دروستکردنی شووشەی کریستاڵ بوو، سەرگەرمی چارەسەری کێشە و مەشاکیلی خۆی بوو بە ڕێگەچارە موعجیزەئاساکەی کە بۆتانم ڕوون کردەوە.

یەکێک لە خەڵکانی "نبراسکا" بەبێ ئەوەی لە هەنگاوەکانی "ویلیس" ئاگادار بێت لە میانەی چارەسەری کێشەکانیدا گەشتە ئەنجامێکی هاوشێوەی ئەنجامەکەی ویلیس. ئەم کەسە ناوی "ئارل هانی" بوو. ئەو سەردەمانێک بوو بە برینداری گەدەوە دەیناڵاند و لە عەزابدا بوو، لەژێر چاودێری سێ پزیشکدا بوو لە کۆتاییدا پێیان وت کە برینەکەی بە دەرمان سارێژ ناکرێ و جگە لەو خواردنانەی کە بۆی دیاری کراوە مافی خواردنی خۆراکی تری نییە. پزیشکەکان جەختیان کردەوە کە دەبێ لەگەڵ ئەم برینەدا خۆی بگونجێنێت و لە تووڕەیی و ناڕەحەتی دوور کەوێتەوە. " ئارل هانی" خۆی دەڵێ:

(کاری باش و پڕ سوودی زۆرم بەهۆی ئەم برینە نەعلەتییەوە لەدەست داوە) کاری ئەو ئەوە بوو کە چاوەڕوانی مردن بکات.

"ئارل هانی" لە کۆتاییدا بڕیاری دا و خۆی یەکلایی کردەوە. شایانی باسە هەموو کەسێ ناتوانێ جۆرە بڕیارێکی هاوشێوەی ئەم بڕیارە بدات. ئەو بە خۆی وت:

ـ من ئێستا زۆر لە تەمەنم نەماوەتەوە بۆچی ڕۆژگارم بە خۆشی بەسەر نەبەم؟ هەمیشە ئارەزووم ئەوە بووە کە گەشتێک بە دەوری دنیادا بکەم، ئەگەر هەلێکم بۆ بڕەخسێت ئەوا ئەم هەلە جگە لە ئەمڕۆ

نییه. "ئارل هانی" بلیتی سەفەری بڕی و پێداویستییەکانی ئامادە کرد. کاتێ بۆ خواحافیزی ڕۆشتە لای پزیشکەکانی بەبێ پەردە و بە ڕاشکاوانە پێیان وت: (ئەگەر پێ بنێتە سەفەرێکی لەو شێوەیە ئەوا دەبێتە خۆراکی نەهەنگ و ماسییەکان چونکە بە زوویی لەناو کەشتیدا دەمریت).

"ئارل هانی" لە وەڵامی پزیشکەکاندا کە ئەوان مەبەستیان ئاگادارکردنەوەی بوو وتی:

ـــ بە پێچەوانەی بیروبۆچوونی ئێوەوە من وەسیەتم کردووە بۆ ماڵ و خێزانەکەم کە ئەگەر مردم لە قەبرستانی خانەوادەیدا لە" نبراسکا " بمنێژن، هەر ئێستاش تابوتێکم کڕیوە و لەگەڵ خۆمدا دەیبەم!

وتەکانی هانی لە ڕاستیدا وەڵامێکی تەواو نەبوو بۆ پزیشکەکان، ڕاستی ئەوە بوو کە ئەو تابووتێکی کڕیوە و مەبەستی بوو لەگەڵ خۆیدا بیباتە ناو کەشتیەکەوە، ئەو کارەشی ئەنجام دا. ئەو وتی:

(لە کاتێکدا ئەگەر لە نیوەی ڕێگادا مردم جەستەم بخەنە نێو ئەم تابوتەوە و بە ئەمانەت بمخەنە نێو ساردکەرەوەی کەشتییەکە تا کەشتییەکە دەگەڕێتەوە بۆ شوێنی خۆی).

هانی بەم شێوەیە سەفەری دەوری دنیای دەست پێ کرد.

ئەو کە خۆی لە کۆتایی ڕێگەی ژیاندا دەبینیەوە، کە پەلەقاژەی مردنیەتی جیهانی دوای مردن بە دڵنیایەوە لە چاوەڕوانیدایە وەرگێڕاوی هۆنراوەی یەکێک لە شاعیر و فەیلەسووفە ئێرانییەکان بە ناوی "خیام" بوو بووە ویردی سەر زمانی. ئەو هەر کاتێ تەنها دەبوو لە ژێرلێوەوە بە ئەسپایی دەیوت:

بزانە کە لە گیان جیا دەبیتەوە

لە ماڵی نهێنییەکاندا لەناو دەچی

مەی بخۆ چونکە دەچیتە ژێر خاک

بێهاودەم و هاوڕێ و یار و یاوەرێ

لەو نامەیەی کە تا ئێستا لەسەر مێزەکەمە دەتوانی تێبگەیت کە هانی لەم سەفەرەدا بێ مەی و سەرگەرمی نەبووە، چون نووسیبووی بۆم: (ویسکی و ڤۆدگام دەکردە لێوانی گەورەوە و دەمخواردەوە و هیچ کات جگەرە لێوەکانمی بەر نەدەدا. هەر خواردنێک کە دەستم بکەوتایە دەمخوارد. هەتا ئەو خواردنانەشم دەخوارد کە لە کەشتییەکەدا بوون و زۆر زیانیان بۆ گەدە هەبوو. نیگەرانی ئەوە نەبووم کە ئەم خواردنانە حاڵم خراپتر دەکەن. زیاتر لە هەر کاتێ چێژم لە ژیان وەرگرت، چون بە خۆمم دەوت کە لە سەروو ڕەنگی ڕەشەوە ڕەنگێکی تر بوونی نییە، بۆچی بەهۆی ئارەزووکردنی خواردنی خۆراکێکەوە جەستەم بە تابووت و ساردکەرەوە بسپێرم؟ ئەو ڕاستییەش بڵێم کە موسافرانی ناو کەشتییەکە لە (با) و شەپۆلی دەریا دەترسان، بەڵام من کە خۆمم بۆ حاڵێکی سەرووتر لە دەرگیری شەپۆل ئامادە کردبوو لە ژاوەژاوی دەریا چێژم وەردەگرت و بڕیارم دابوو کە زەڕەیەک لە بەرامبەر مردندا لاوازی پیشان نەدەم. ڕۆژانە، لە بەشی سەرەوەی کەشتییەکە کاتەکانی خۆمم بە یاریکردن و تەماشاکردنەوە بەسەر دەبرد شەوانیش تا نیوەشەو لەگەڵ هاوڕێ تازەکانمدا کاتم بە ڕێ دەکرد. کاتێ کە کەشتییەکە لە کەنارەکانی چین و هندستان لەنگەری دەگرت سەرنجێکی ژیانی خەڵکی ئەو ناوچانەم دەدا و لەگەڵ ژیانی خۆم لە ئەمەریکا بەراوردم دەکرد. ئەوانە بەو ژیانە فەقیرانەیەی کە هەیان بوو ڕازیبوون لە کاتێکدا ئەگەر بەراووردی بکەم دەبێ بڵێم ئێمە لە بەهەشت دەژیاین و ئەوان لە دۆزەخدا بوون. بەراورد کردنی ژیانی خۆم لەگەڵ ئەوانەدا بوو بەهۆی ئەوەی کە ئیحساسێکی نسبی بکەم. کاتێ کەشتییەکەمان لە

کەناری ئەمەریکا نزیک بوویەوە نزیکەی 24 کیلۆ زیادم کردبوو و قەڵەو بووبووم. لە بیرم چووبوو زەمانێک لە دەستی برینی گەدە و برینی دوانزەگرێ دەتلامەوە و ئازارم دەچەشت. یەکەمین کارێک کە کردم تابووتەکەم بۆ فرۆشیارەکەی گەڕاندەوە و ڕۆیشتمەوە سەر کارەکەی خۆم. لەو ڕۆژە بە دواوە هەتا جارێک چییە نەخۆش نەکەوتووم).

ئەم ڕووداوانە کاتێ بۆ "هانی" هاتە پێش کە ناوی "ویلیس" و ڕێسا موعجیزەئاساکەی نەبیستبوو.

گرنگ لەوەدایە "هانی" لە کۆتاییدا بە منی وت:

(... ئێستا تێدەگەم کە بەبێ ئیرادە ئەم کارەم بەئەنجام گەیاند بە خراپترین سزا کە مردن بوو ڕازی بووم و دوایی بە خەیاڵی ئاسوودە تێکۆشام بۆ چاکسازی و چارەسەری مەشاکیلی خۆم، کە مردن بوو. بەبێ موبالەغە ئەگەر لە کەشتییەکەدا خۆمم دەدایە دەستی جەنجاڵی و نیگەرانی بە دڵنیاییەوە جەستەم لەنێو تابووتەکەدا بوو نەک لە پەنای تابووتەکەدا، کاتێ کەشتییەکە دەگەشتەوە ئەمەریکا، بەڵام من بەوپەڕی ئارامییەوە برینی گەدە و مردنم لە بیر خۆم بردبووەوە.

ئارامی و خوێنساردی هێزێکی وایان پێبەخشی بووم کە توانیم بەسەر ئەو برینە وەحشەتناکەدا زاڵ ببم. بەشێوەیەکی تر خوێنساردی و تەسلیمبوون بە واقیع مەرگی منیان لە چنگی مەرگ دەرهێنا).

ئێستا "گاریر" بە سوودوەرگرتن لە ڕێسای قایلبوون بە تاڵترین واقیعیەت ڕێگری لە زیانێکی گەورە کرد و ئەو بەڕێوەبەری کۆمپانیای دابەشکردنی جۆرەکانی سووتەمەنی و نەوتی لە چنگی پیاوێکی تەڵەکەباز دەرهێنا و هانی لە تابوت و ساردخانە ڕزگاری

بـوو، بــاوەڕ ناكەيــت بە ئەنــدازەيەكى وا لە زيانەكـانى نيگەرانــى و جەنجـاڵى تێبگەيـت كە بـۆ ئێـوە سـوودمەند بێـت و شۆڕشـێكى پـێ هەڵگيرسێنێت؟

ئايا بە بۆچوونى ئێوە ئەم ڕێسـايە توانـاى چارەسـەركردنى هەندێ لە مەشاكيلەكانى ئێوەى نييە؟

سەرنج بدەرە ئەنجامەكانى ئەم بەشە:

ئەگەر گيـرۆدەى كـارێكى نيگەرانهێنەريـت ڕێسـاى "كـارير" لەم سـێ ڕوانگەيەوە بەكار بهێنە:

1. لە خۆتان بپرسن: (لەمە خراپتر چى دەبێ؟)

2. خۆتان ئامادە بكەن بۆ قايلبوون و بەرەنگاربوونەوەى خراپتـرين ڕووداو!

3. لە كـاتى نـاڕەحەتى و نيگەرانيـدا خەيـاڵ و جەنجـاڵى خۆتـان بە لابردن و چاكسازيى خراپتر لە خراپ گرێ بدەن و وا بزانن لەمەش خراپتر هەيە!

بەندی سێیەم:

بێزاری و نیگەرانی چیمان لێ دەکات

پیشەوەرێک ئەگەر ڕێگەی ڕووبەڕووبوونەوەی نیگەرانی نەگرتبێتە بەر، بە گەنجێتی دەمرێت!

دکتۆر ئالکسیس کارل

لە شـــەوێک لە شـــەوەکانی چەنـــد ســـاڵێک لەمەوپـــێش، یەکێـــک لە دراوسێکان، لە ناوەختدا لە جەڕەسی ماڵەکەی ئێمەی دا. ئەو ویستی هەواڵـــی بڵاوبـــوونەوەی نەخۆشـــی ئـــاوڵە بە ئـــێمە ڕابگەیەنێـــت و ئاگادارمـــان بکـــاتەوە کە دژی نەخۆشـــی ئـــاوڵە خۆمـــان بکـــوتین .ئەم دراوسێیە یەکێک بوو لەو هەزار نەفەرانەی کە لەم ساڵەدا ـــداواکاری پێشـــکەش کردبوو ـــ بڕیـــاری دابـــوو دانیشـــتوانی شـــاری نیویـــۆرک لە ترسناکی نەخۆشی ئاوڵە ئاگادار بکاتەوە.

کـاریگەری کـاری ئەم گـرووپە، هێرشـی خەڵکـانی ترسـنۆک بـوو کە چەندەها کاتژمێر لە ڕیزە درێژەکاندا چاوەڕوانیان دەکرد تـا سـەرەیان بگـات بـۆ ئەوەی ڕووبەڕووی ئەم مەترسـییە ببنەوە و خۆیـان ئامـادە بکەن.

پرۆسە و کاری کوتانی خەڵکی لە نەخۆشـخانەکانی نیویـۆرک تەواو نەدەبـوو، بەهـۆی زۆری داخوازییەکـان لە بنکەکـانی ئـاگرکوژێنەوە و پۆلیس و کارخانەکان و... گرووپە جیاوازەکانەوە. زیـاد لە دوو هەزار پزیشک و پەرستار بەبێ وچـان و بێ گوێدانە ماندوێتی شـەو و ڕۆژ کاری کوتانیان ئەنجام دەدا.

ڕاستی هۆی ئەم پەشێوی و ژاوەژاوی خەڵکە چی بوو؟ هۆی سەرەکی، بەهۆی پڕوپاگەندەی هەشت کەس لە نیویۆرکییەکان بوو کە دوو نەفەر لەوانە لە شارێکی وەها گەورەدا بەهۆی ئاوڵەوە گیانیان لە دەست داوە! مردنی دوو نەفەر ئەم هەموو ژاوەژاو و ڕاڕاییەی بەرپا کردبوو!

ئێستا کە ئەم مەبەستە دەنووسم سیوحەوت ساڵ دەبێت کە دانیشتووی شاری نیویۆرکم، لەم ماوەیەدا جگە لەو جارە کەس لە دەرگای ماڵەکەمی نەداوە بۆ ئاگاداركردنەوەم لە بەڵایەکی لەو شێوازە، لە کاتێکدا کە لەم سیوحەوت ساڵەی ڕابردوودا چەندەها نەخۆشی لەناوبەری وەک نیگەرانی و خەمۆکی و دڵەڕاوکێ، کە چەندەها بەرامبەری نەخۆشیی ئاوڵە خەڵکی لەناو بردووە .تا ئێستا کەسێک سەردانی نەکردووم تا هەواڵم بداتێ کە زیاتر لە (1/10)ـی ئەمەریکاییەکان بەهۆی گیرۆدەییان بە نەخۆشییە دەروونییەکانەوە بە زوویی لەپێ دەکەون!

بە سەرنجدان لەوەی کە سەرنەکەوتن لە ڕێگریکردنی بڵاوبوونەوەی نەخۆشییەکان دەبێتە هۆی دڵەڕاوکێ و پەرێشانی و نیگەرانی، من ئەم بەشە بۆ ئێوە دەنووسم بۆ ئەوەی بتوانن ڕووبەڕووی پەرێشانی و نیگەرانی ببنەوە:

(پیشەوەرێک ئەگەر ڕێگەی ڕووبەڕووبوونەوەی نیگەرانی نەگرتبێتە بەر، بە گەنجی دەمرێت).

تەنیا پیشەوەران نین لە کاتی سەرنەکەوتنیان لە ڕووبەڕووبوونەوەی نیگەرانیدا زوو دەمرن و جوانەمەرگ دەبن، بەڵکو ژنانی خانەدان و پزیشکان و ئەندازیاران و چینەکانی تریش لەم ئافەتە دوورەپەرێز نین!

مۆڵەت بدەن ئەزموونێکی تایبەتتان بۆ باس بکەم:

(... چەند ساڵ لەمەوپێش، وەک پیشەی هەمیشەییم، ڕۆژەکانی پشووی خۆمم لەگەڵ دکتۆر "ئا.گوبر" کە لێپرسراوی چەند نەخۆشخانەیەکی پەیوەندیدار بە ڕێگەی ئاسنینی "سانتانیا" بوو، بە گەڕان و سیاحەت بەسەر دەبرد. ڕۆژێ لەگەڵ یەکدا سەبارەت بە کاریگەرییەکانی نیگەرانی دەدواین. دکتۆر " گوبر" وتی: 70% ی ئەو نەخۆشانەی کە سەردانی پزیشک دەکەن ئەگەر خۆیان لە چنگی ترس و نیگەرانی بێجێ ڕزگار بکەن دەتوانن خۆیان خۆیان چارەسەر بکەن و تەندرووستی خۆیان بەدەست بهێنن، هەڵبەتە خەیاڵ نەکەیت کە ئەم ڕێژەیە ڕێژەیەکی خەیاڵییە؟ نەخێر، نەخێر بە هیچ شێوەیەک وا نییە.

هەتا دەمەوێ بڵێم کە نەخۆشی ئەوانە لە دانیشتە و هەوکردنی پووکەکان بەئازارتر و واقیعیترە. من ناتوانم پڕوپاگەندە بکەم و بڵێم کە نەخۆشییەکانی کۆئەندامی هەرس و برینداری گەدە و تێکچوونی لێدانەکانی دڵ و بێخەوی و سەرئێشە و لەکارکەوتنی بەشێک لە ئەندامەکانی لەش بە شێوەیەکی گشتی خەیاڵین! بەڵام چون خۆم دوانزە ساڵ بە برینی گەدەوە گیرۆدە بووم ئەوەی لەم بارەیەوە دەیڵێم تەجروبەی تر و بەئاگاهێنەرترە! بە نموونە ئەم بیمارییە (برینی گەدە) کە بۆ من ئاشنایە، ترس و نیگەرانی دەبنە هۆی گرژبوونی دەمارەکانی گەدە بە شێوەیەک لە کاتی گرژبوون و خاوبوونەوەیدا دەبێتە هۆی دروستبوونی برینی گەدە).

هەر لەو کاتەدا کە گوێم لە وتەکانی دکتۆر "گوبر" دەگرت کتێبی تێکچوون و ئاڵۆزبوونی گەدەی دکتۆر "مونتاکۆ"م هاتەوە یاد. ئەویش بۆچوونێکی هاوشێوەی بۆچوونەکەی دکتۆر "گوبر"ی هەبوو:

ئەو شتەی کە دەیخۆیت نابێتە هۆی برینداربوونی گەدە، بەڵکو ئەو شتەی کە تۆ دەخوات برینێکی بەئازار دێنێتە کایەوە.

دکتۆر "ئالوارز" کە لە "کلینیک مایۆ" پەیوەندییەکی توندوتۆڵی لەگەڵ نەخۆشەکاندا هەیە، بڕوای وایە:

(سـەختی و لاوازی نەخۆشـی برینـی گەدە پەیوەنـدی بە دەرەجەی هەڵچوونی دەروونییەوە هەیە).

بیرۆکەکەی دکتۆر "ئالوارز" بە ئەزمـوون و تـوێژینەوە لەسـەر پانزە هەزار نەخـۆش بـۆ ڕووبەڕووبـوونەوە لەگەڵ نەخۆشـی گەدە کە پەیوەندیان بە "کلینیک مـایۆ"وە کردبوو بـاوەڕپێکراو بـوو، کاریـان پێ دەکرد.

بە گـوێرەی وتەکـانی دکتـۆر "ئـالوارز": (80%)ـی ئەوانەی کە سەردانمان دەکەن هیچ بەڵگەیەکی پزیشکیان بۆ نەخۆشینەکانیان نییە. ترس، نیگەرانی، بەخیلی، خۆپەسەندی لەڕادەبەدەر و نە بوونی لیاقەت و نەبوونی توانـای خۆگونجانـدن لەگەڵ دەوروبەر هۆکـاری سـەرەکی برینداربوونی گەدەی ئەوانەیە.

بە پشتبەسـتن بە لێکۆڵینەوە یـەک لـە دوای یـەکەکانی بڵاوکـراوەی لایف: برینی گەدە لە نێوان نەخۆشـییە ترسـناک و کوشـندەکاندا پلەی دەیەمی بۆ خۆی تەرخـان کردووە، یـا بە دەربڕینێکـی تـر برینـی گەدە یەکێکە لە کوژەرانی ئێوە.

لە چاوپێکەوتنێکـدا لەگەڵ دکتـۆر "هارولـدبین" کە یەکێکـی تـرە لەو دکتـۆرانەی کە لە نەخۆشـخانەی مـایۆ دەسـتبەکار بـوو کە ئەمـیش لە کۆبـوونەوەی سـاڵانەی ئەنجـومەنی پزیشـکان و نەشـتەرگەرانی نەخۆشـخانەی پەیوەندیـدار بە کارخـانەی "ئاکریکـا" ئەم ڕیپۆرتـاژەی خوارەوەی خوێندبووەوە:

(مـن خـۆم چـاودێری 176 نەفەر لە کارمەنـدانی کارگەکـان و پیشەوەرانم گرتبووە ئەستۆ کە تەمەنیان لە نێوان سـاڵەکانی 44 بـوو: بەرئەنجامی چاودێرییەکەم ئەوە بوو کە 33% ئەوانە گیرۆدەی سـێ نەخۆشـی بـوون (فشـاری خـوێن، برینـی گەدە، نەخۆشـی دڵ) کە ئەم نەخۆشیانە گەمارۆی ژیانیانی دابوو وە زۆر ناڕەحەتی دەکردن.

ئەگەر بــاش ســەرنج بــدەیت تێــدەگەیت کە 33% کارمەنــدان و دوکانــداران گیــرۆدەی بە نەخۆشــی دڵ و برینــی گەدە و فشــاری خوێن، پێش ئەوەی بگەنە تەمەنی 45 ساڵی تەشیی ئەجەل ڕیشەیان دەردێنێت! بەڕاست ئەوانە بە چ هیوایەکەوە سەرکەوتن بەسەر ئەم نەخۆشیانەدا بەدەست بێنن؟

ئایــا کەســێک کە لە ڕێــگەی پێشــکەوتنی پیشــە و کارەکەیــدا نەتیجەیەکــی جــگە لە برینــی گەدە و هەڵچــوونی دەروونــی دەســت نەکەوێت، دەتوانرێ بە کەسێتییەکی سەرکەوتوو دابنرێ؟)

لێرەدا دەبێـت حەق بـدەینە دکتـۆر "هارولـد"، چـونکە هەتـا ئەگەر سـەرکەوتن و قـازانجێکی زۆری کارەکـانی دنیـا بـدرێتە کەسێک ئایـا بەهای ئەوەی هەیە کە لە پێناوی ئەو سەروەت و سامانەدا سەلامەتی لێ بسەنرێتەوە؟

ئەگەر تەواوی دنیا هیی ئەو کەسە بێت ئایا شـەو لەسـەر یەک جێ زیاتر دەخەوێت؟ ئایا لە شەو و ڕۆژێکدا زیاتر لە سێ جار دەتوانێت نان بخوات؟ لەزەت و چێژوەرگرتن لەم بوارانەوە بۆ کەسێکی هەژار و نەدار زۆر زیــاترە وە بە دڵنیــاییەوە لە کەســێکی دەوڵەمەنــد ئاسـوودەتر دەخەوێـت، لە خـواردنەکەی چێژێکـی زیـاتر وەردەگرێـت. دکتـۆر "گـوبر" لە وتەکـانی دکتـۆر "هارولـد" ئەم ئەنجامـانەی بـۆ مـن بەدەست هێنا:

باشـتر وایە لە ولاتـی "ئالابـامو" بە فەقیـرانە بـژیم و پیـانۆ لێبـدەم تــاوەکو لە 45 ســاڵیدا ســەلامەتی خــۆم بە ســەرۆکایەتی نەخۆشخانەکانی هێڵی ئاسنی گەورە یان کارگەیەکی بەرهەمهێنەری جـگەرە لەدەسـت بـدەم! ئامـاژە بە جـگەرە بە بیـری هێنـامەوە کە لە کۆتاییـدا سـەرۆکی کـارگەیەکی گەورەی بەرهەمهێـنەری جـگەرە کە ناوبــانگێکی جیهــانی هەیە لە کــاتی ســەفەرکردن و گەڕانیــدا لە جەنگەڵەکـانی کەنەدا دڵـی لە لێـدان کەوت و لە تەمەنــی 61 ســاڵیدا

ماڵئاوایی لە ژیان کرد و سەروەت و سامانەکەی بە میراتی بەجێ هێشت. لەوانەیە ئەم کەسە بەشێکی زۆری سەلامەتی خۆی لەو ساڵانەدا بۆ سەرکەوتنی لە پیشەکەیدا کردبێت بە قوربانی.

بە بۆچوونی من ئەم خاوەن کارخانە گەورەیە بەو هەموو سەروەت و سامانەوە بە ئەندازەی باوکی من کە لە وڵاتی "میسوری" زراعەتی دەکرد و لە تەمەنی 89 ساڵیدا بەبێ دینارێک پاشەکەوت مرد، سەرکەوتوو نەبوو! هاوەڵەکانی مایو کە ناوبانگێکی فراوانیان هەبوو لە کۆتاییدا رایان گەیاند کە زیاتر لە نیوەی چەرپاکانی نەخۆشخانە کەسانێک داگیریان کردووە کە دووچاری نیگەرانی و عەصابن، هۆکاری نیگەرانی و عەصەبیەتی ئەوانە بەهۆی مایکرۆسکۆپی زۆر ورد و توێژینەوەی زانستییەوە ئاشکرا بوو کە زۆربەی زۆری ئەوانە هیچ گرفتێک لە دەمارەکانی مێشکیاندا بەدی ناکرێ بەڵکو بەهۆی هەڵچوونی دەروونی، دورەپەرێزی، پەرێشانی و نیگەرانی، سەرنەکەوتن و نائومێدی و بێزارییەوەیە.

سەرنج دەدەینە بیردۆزەکەی "ئەفلاتوون":

(گەورەترین هەڵەی دکتۆرەکان ئەوەیە لە چەرەسەری جەستەدا هەوڵ دەدەن بەبێ ئەوەی گۆشەنیگایەکیش بخەنە سەر شیفای ڕۆحی لە کاتێکدا کە جەستە و ڕۆح یەکێکن و ناتوانرێ لە یەک جیا بکرێنەوە و بە جیا چارەسەر بکرێن).

ڕاگەیاندنی ئەم بیرۆکەیەی "ئەفلاتوون" زیاتر لە دووهەزار و پێنسەد ساڵی بەسەردا تێپەڕیوە و تازە لێکۆڵەرانی دەروونی و پزیشکە پسپۆڕەکان هەست بە ڕاستی ئەم بیرۆکەیە دەکەن، تازە گەشتوونەتە ئەم ڕاستییە گەورەیە. بە سوود وەرگرتن لەم جۆرە بیرۆکانەیە کە ئەمڕۆ بەشێکی تازە بە ناوی "پیسیکوسماتیک" لە زانستی پزیشکیدا بە توانایەکی تەواوەوە خۆی نیشان داوە.

مانای ئەم ڕستەیە و ئامانجی ئەم بەشی دەرمانی جەستە و ڕۆحە بە شێوەیەکی هاوکاتە. پزیشکێک تا ئێستا تەواوی هەوڵی خۆی سەرف دەکرد کە ئەو نەخۆشییەی هاتووەتە بوونەوە لە ڕێگەی میکرۆب و ڤایرۆسی جۆراوجۆرەوە بناسێت و بۆ ڕووبەڕووبوونەوەیان چارەسەری گونجاو دابنێت. ئێستا ئەم گرنگییە گەشتووەتە ئاستێک دەتوانرێ بوترێ کە نەخۆشییەکی نەناسراو و شاراوە نەماوەتەوە، هەوڵدان لە ڕێگەیەکی تازەوە سەرچاوەی گرتووە و سەرکەوتن بەسەر نەخۆشییەکی بێ میکرۆبدا واتە نەخۆشییەکی بەبێ هۆیە.

لێکۆڵەرانی واقیعی لە ئێستادا سەرگەرمی ناسینی ئەو نەخۆشیانەن کە پێیان وایە بەهۆی هەڵچوونی دەروونی، پەرێشانی و نیگەرانی، ترس و بەخیلی و حەسوودی و دوورەپەرێزی، نائومێدی و بێزاری و ئەم جۆرە بابەتانەوە سەرچاوەیان گرتبێت. سەرئەنجامی ئەم کۆمەڵە

ئەگەرچـــــی لە لایەکەوە زۆر ســــــوودمەند بـــــوو، بەڵام بەداخەوە ڕاستییەکی دەردناکی ئەوتۆیان خستە پێشچاوی جیهان.

ئەو ڕاسـتییەش ئەوەیە کە (لەنـاوچوون بەهـۆی نەخۆشـییە شـاراوە دەروونیەکانەوە زۆر بە خێرایی ڕوو لە زیادبوونە).

لە گوزارشــتەکانی پزیشــکان و پســپۆڕانی نەخۆشــی ڕۆحــی و دەروونی دەخوێنینەوە کە (لە هەر بیست نەفەری دانیشتووی ئەمریکا بە لایەنـــی کەمەوە نەفەرێــک مـــاوەی ژیـــانی لە نەخۆشـــخانە دەروونیەکاندا بەسەر دەبرد). ئەگەرچی باسی جەنگی جیهانی دووەم پەیوەنـدییەکی ئەوتـۆی بە باسـەکەمانەوە نیـیە، بەڵام مەسـەلەیەکی پەیوەندیـدارە بە ســەربازەکانەوە کە ڕاســتییەک بــۆ ئــێمە ڕوون دەکاتەوە کە سەرنجدانی بێسوود نییە:

(... لە شەشـدا یەکـی ئەو کەسـانەی کە دەبـوایە بەپێـی یاسـای ئەو ڕۆژانەی ئەمەریکا لە بەرەکانی جەنگی جیهانی دووەمدا هەبێت دوای پشکنینی پزیشکی بەهۆی نەقسی فیکری و ڕۆحییەوە دەبەخشران).

ئەم ڕێـژەیە لە ڕۆژگارێکدا بـوو کە هۆیەکـانی نیگەرانـی و ئـاڵۆزی ژیان و مەشغوڵی فیکر نەگەشتبووە دەرەجەیەکی کرداری کە ئەمەش ئامارێکی زۆر نیگەرانکەر بوو. بە دەستەواژەیەکی ڕوونتر دەتوانرێ بوترێ: میللەتێک لە شەشدا یەکی هێزی کارای بێسـەمەر و هەتا بە سەرباریشی بزانێت هەقی خۆیەتی کە نیگەران بێت.

هۆی دێوانەیی و شێتی چییە؟

لە ڕاستیدا هیچ کەسێک ناتوانێت هۆیەکانی دێوانەیی و شێتی بە وردی بە ئێمە ڕابگەیەنێت. تەنها خاڵێک کە دەتوانرێ بە پچڕی سەبارەت بە دێوانەیی و شێتی بوترێ ئەوەیە:

زۆرێک ترس و نیگەرانی بە هۆکاری کارتێکەری شێتی دەزانن بەم شێوەیە کە کەسێک دووچاری پەرێشانی دەبێت و دەترسێت لە ژیانیدا بەهۆی خەشم و تاڵی و ڕەشبینییەوە پەیوەندی لەگەڵ دەوروبەردا بپچڕێنێت و گۆشەگیر ببێت و پەنا بباتە بەر دنیای خەیاڵی خۆی. ئەم دنیایە بۆ ئەو هیچ نییە جگە لە مەیدانێکی خەیاڵات. بە پێناسەیەکی ئاشکراتر کەسێکی پەرێشان و نیگەران بە خەیاڵی خۆی ئەم دنیایەی بۆ پەناگای خۆی دروست کردوە. ئەو دەیەوێت شوێنێکی ئارام و ئاسایش بۆ خۆی بنیاد بنێت تا لە دیوارەکانیەوە ڕێ بە هاتنە ناوەوەی پەرێشانی نەدات و سەهۆڵی نیگەرانی و پەرێشانی لە چوار دیواری ئەو دنیایەدا بتوێنێتەوە.

ئێستا کە سەرقاڵی نووسینی دێڕەکانی کتێبێکم بە ناوی "بەرگری لە نیگەرانی بکە و سالم و ڕاحەت بژی"، "کتێبەکەی پودولسکی" کە لەسەر مێزەکەمە پەڕە بە پەڕە هەڵدەدەمەوە. ناونیشانی بەشەکانیش بۆ ئێوە دەنووسم:

نیگەرانی چی بە دڵ دەکات؟

فشـاری خـوێن بەهـۆی نیگەرانیـیەوە سـەرهەڵدەدات! بـۆی هەیە ڕۆمانتیزم دەستکەوتی ڕاستەوخۆی نیگەرانی بێت! وابزانم پێویست بە ڕوونکردنەوەی ناونیشانەکانی بەشەکانی ئەم کتێبە ناکات.

کتێبێکی تـر بە نـاوی "مـرۆڤ دوژمنـی خـۆیەتی" بە قەڵەمـی دکتـۆر "کـارل مینجـر" دێتە بیـرم کە نووسـەر لەو کتێـبەدا بە دووروودرێـژی باسی ئەو تاوانە گەورەیە دەکات "نیگەرانی"، کە مرۆڤ سەبارەت بە گیـانی خـۆی دەیکـات. تەنهـا شـتێک کە دەتـوانم لەم بـارەیەوە بڵـێم ئەوەیە:

ئەگەر دەتەوێت دەست لە وێرانکاری خودی خۆت هەڵ بگریت ئەم کتێـبە بخـوێنەرەوە! ڕاسـتی کاولکـاری بـۆچی؟ مەگەر وانیـیە؟ کە نیگەرانـی دەتوانێـت هەتـا کەسـانی خـۆڕاگر و بەتوانـا و بەغیـرەتیش نەخۆش بخات و لەناویان ببات؟ ئەگەر ئەم بیرۆکەیە ڕاست بێت ئەوا نیگەرانـی جـۆرێکە لە جۆرەکـانی کاولکـاری کە دەرهەقـی خۆمـان ئەنجامی دەدەین.

سـەرچاوەیەکی نیگەرانـی سـەبارەت بە ژەنـەڕاڵ "گرانـت" لە کۆتـایی شەڕی ناوخۆی ئەمەریکادا ڕاستی دۆزییەوە:

(... ماوەی نۆ مانگ دەبـوو کە هێزەکـانی ژێـر فەرمانـدەیی ژەنـەڕاڵ "گرانت" ناوچەیەکیان بە ناوی "ڕیچموند"ەوە گەمارۆ دابوو. هێزەکـانی ژێر فەرماندەیی ژەنـەڕاڵ "لـی" بە جلوبەرگی دڕاو و سـکی برسـییەوە چێژی تێکشکاندنیان چەشتبوو دەستە دەستە پاشەکشەیان دەکرد.

هێزە بەجێماوەکـان لە چـادرگەکەی خۆیـاندا کـارێکی تریـان جگە لە گریان و بێزاری و نیگەرانبوون بـۆ حـاڵی خۆیـان نەبـوو. کۆتـایی کـار نزیک دەبووەوە. هێزەکانی ژەنەڕاڵ "لی" ئەمبارەکانی لۆکە و توتنیان

ئاگر دا لەگەڵ جبەخانە گرنگەکانیاندا تا بەر دەستی دوژمن نەکەون. کە شەو داهات. دوکەڵ و ئاگر ئاسمانی داپۆشی. هێزەکانی ژەنەڕاڵ "لی" لە پەنای تاریکی و دووکەڵدا شاریان چۆڵ کرد. لە لایەکی ترەوە "گرانت" لە هەموو لایەکەوە بەدواداچوونی کردبوو لەبەر خاتری پێشڕەوی زیاتر پەیوەندی لەگەڵ هێزەکانی دواوەدا پچڕابوو.

لەم کاتەدا هێزەکانی دوژمن ڕووبەڕوو هێرشیان بۆ هێنا و هێڵی ڕێگەی ئاسنینیان پێش گەیشتنی شەمەندەفەرە بارهەڵگرەکان پچڕاند، شەمەندەفەرەکانیان خستە ژێرڕکێفی خۆیانەوە. ژەنڕاڵ "گرانت" بەهۆی سەرئێشەیەکی توندەوە ئازاری دەچەشت لە تاو ئازاردا هەتا نەیدەتوانی بە باشی بەڕێی خۆی ببینێت بە ناچاری لە سەنگەرێکدا لە کۆتایی هێزەکەیدا گیرسایەوە. لێرەدا یەک بە یەک بە بیرەوەرییەکانی خۆیدا دەچوویەوە. لە بیرەوەرییەکانی دەخوێنینەوە:

(... تەوای شەو قاچم لەناو گیراوەی ئاوی گەرم و خەردەلدا دانابوو. بۆ ڕزگاربوونم لە سەرئێشە تۆزی خەردەلم لەسەر دەست و پشت و ملم دانابوو. ئومێدەواربووم بەم شێوەیە تاپێش خۆرهەڵهاتن لە ئازارەکەی کەم دەبێتەوە).

بەڕاست ئایا ژەنەڕاڵ "گرانت" بەم فێڵ و تەڵەکەیە لە دەرد و ئازار ڕزگاری بوو؟ بە دڵنیاییەوە ڕزگاری بوو، بەڵام نەک بەهۆی خەردەل و ئاوی گەرمەوە! بەڵکو شیفاکەی سوارچاکێک بۆی هێنا، کاتێ خۆی گەیاندە لای ژەنەڕاڵ و نووسراوێکی پێبوو کە تەسلیمبوونی ژەنراڵی دوژمنی لەخۆ گرتبوو .ژەنەڕاڵ گرانت لە درێژەی بیرەوەرییەکانی خۆیدا دەنووسێت:

(کاتێ کە سوارچاکەکە نامەکەی دایە دەستم، هێشتا لەبەر سەرئێشە دەمنالاند، بەڵام بەهۆی ئەوەوە کە لە ناوەرۆکی نامەکە گەیشتم ئازارەکەم لەبیر کرد و دوای چەند سائێک بەوپەڕی سەرسوڕمانەوە بینیم کە هیچ شوێنەواری ئازارێ لە سەرمدا نییە).

ئاشکرایە کە نیگەرانی و ڕاڕایی و ناڕەحەتی عەساب بووبوونە هۆی سەرئێشەیەکی توندی ژەنەڕاڵ، کاتێ کە جۆشوخرۆشی باوەڕبەخۆبوون و بیستنی هەواڵێکی شادیبەخش و سەرکەوتن هاتە ئاراوە سەرئێشەکەش لەناو چوو.

حەفتا ساڵ لە ڕووداوی سەر ئێشەکەی ژەنەڕاڵ "گرانت" تێپەڕیبوو کە "هنری مورگنتا" وەزیری دارایی "رزولت" تێگەیشت کە نیگەرانی دەتوانێت بە شێوەیەک تاک تێک بشکێنێت کە گێج و سەرگەردانی بکات. ئەو لە بیرەوەرییەکانی ڕۆژانەی خۆیدا دەنووسێت:

(... کاتێک سەرۆککۆمار بۆ بەرزکردنەوەی نرخی گەنم ڕۆژانە دەستووری کڕینی 2400000 فەردە گەنمی دەرکرد بە ئەندازەیەک دووچاری ڕاڕایی و نیگەرانی بوو کە دەوروبەرەکەی خۆشی نەدەبینی. ڕۆژانە دوو کاتژمێر دوای نانی نیوەڕۆ بەبێ ویستی خۆی وەک کەسێکی حەپەساو دەچووە خەوەوە).

بە خوێندنەوەی داواکارییەکانی ئەم قەبیلەیە و ئەزموونە شەخسییەکانی خۆم هەر کاتێک بمەوێ بزانم نیگەرانی چی لە خەڵکی دەکات بە پێویستی نازانم پەنا ببەمە کتێبخانە، یا دەستەودامێنی پزیشکەکان بم. تەنها ئەوەندە بەسە لە پەنجەرەی بینایەکەوە کە لە یەکێک لە ژوورەکانیەوە سەرگەرمی نووسینی ئەم کتێبەم بم و سەیری دەرەوە بکەم و بە بینایەک کە لەوبەری شەقامەوە بە تەواوی بەرامبەر پەنجەرەکەی منە و خاوەنەکەی بەهۆی نەخۆشی شەکرەوە گیرۆدەیە سەرسام ببم.

بەسەرهاتی دراوسێکەم بەم شێوەیەیە:

ماوەیەک لەمەوپێش کاتێ کە "سهام بورس" تەنەزولی کرد و دەستی لە فەرمانڕەوایی کێشایەوە ڕێژەی شەکر لە خوێنی دراوسێ خۆخۆر و نیگەرانەکەی من ڕووی لە زیادبوون کرد. نازانم بۆچی ئەم ڕستەیەی "مونتن" فەیلەسووفی ناوداری فەرەنسی کە لە کاتێکدا کە پۆستی شارەوانی وەرگرت هاتە سەر زمانی، بەلامەوە جوانە و دڵم نایەت لە بیری بکەم؟ "مونتن" دوای ئەوەی بە ناونیشانی سەرۆکی شارەوانی هەڵیان بژارد بە هاوشارییەکانی وت:

(... تامەزرۆییەکی زۆرم هەیە کە لە دوو لاوە بیگرمە دەست و ئەو کارانەی کە شایستەی ئەم شارەیە ئەنجامی بدەم، بەلام بە تەواوی ئەو تامەزرۆییەی کە هەمە ئامادە نیم سی و جگەری خۆم لەم ڕێیەدا دابنێم).

"مونتن" فەیلەسووفێک بوو دەیزانی نیگەرانی چی لە مرۆڤ دەکات، بەلام دراوسێکەی من ئەم شتانە نازانێت. دراوسێ تەماعکارەکەی من پایەداری و لەکارکەوتنی سهام ڕاستەوخۆ تێکەڵ بە خوێنی خۆی دەکات. سەرسام نەبیت ئەگەر بڵێم ئەم کەسە دەستی دەستی کردن بە خۆی لە پێی خست. نیگەرانی دەتوانێت ببێتە هۆی ڕۆماتیزم و نێوانی جومگە و کەسی نیگەران لەسەر گالیسکەی دەستی دابنیشێنێت.

مۆڵەت بدەن بیروڕای دکتۆر "روسل سیسیل"تان بۆ باس بکەم، کە لە مامۆستایانی بەئەزموونی پەیمانگای پزیشکی "کورنل"ـە، یەکێکە لە پسپۆرە بەناوبانگەکانی (ڕۆماتۆلۆژی). دکتۆر "روسل سیسیل" دەڵێت:

(... ناکامی لە زەواج، خەمی نەبوونی، تەنیایی، نیگەرانی و ئازاری درێژخایەن هۆکاری کاریگەری دروستبوونی هەڵئاوسان و ئازاری جومگەکانە).

ئەم وتەیە لە زمانی پسپۆڕێکی تێگەشتوو زۆر وردەوە وەرگیراوە لەبەر ئەوە نابێ ڕووبەڕووی ببیتەوەو دژایەتی بکەیت. ڕوونکردنەوەکەی دکتۆر "روسلسیسیل" بەم شێوەیە تەواو دەبێت:

(وا بیر نەکەیتەوە کە تەنها و تەنها بە شێوەی هەڵئاوسان و ئازاری جومگەکان خۆی نیشان دەدات). نەخێر وا نییە! ئەم نەخۆشیانە لە هەر ئانوساتێکدا بە شێوازی جۆراوجۆر خۆیان نیشان دەدەن! مەبەستی دکتۆر "سیسیل" ئەوەیە کە نیگەرانی و ڕاڕایی کاریگەرییەکی ڕاستەوخۆی هەیە بە هەڵئاوسان و ژانی جومگەکانەوە.

سەرنج بدەرە حاڵەتێک کە بەسەر یەکێک لە دۆستەکانمدا هاتووە: ماوەیەک لەمەوبەر هاوڕێکەم تووشی هەرەسێکی مادی گەورە بوو لە لایەکەوە، لە لایەکی تریشەوە کارخانەی دابەشکردنی غاز، لوولەی غازی ماڵەکەی بڕی و بانقیش لە دانی ڕەهنی ئەو بینایەی کە ماڵەکەی ئەوی تێدا بوو پاشگەز بوویەوە لەم گیرۆدەییەدا ژنەکەی کوتوپڕ تووشی نەخۆشی هەڵئاوسانی جومگەکان بوو بە خێرایی سەردانی پزیشکی کرد و پزیشکەکان دەرمانی گونجاو و پارێز و ڕژێمی خۆراکیان بۆ دانا، بەڵام هیچ لە ئازارەکەی کەم نەکردەوە. ئەم نەخۆشییە بەم شێوە دەردناکییە مایەوە تا کاتێ کێشەی مێردەکەی بە تەواوی چارەسەر کرا و لە هەموو ڕوانگەیەکەوە سەرکەوتنی بەدەست هێنا. کاتێ کە کاری مێردەکەی ڕەونەقی پەیدا کرد و لە ژیاندا سەروەت و سامانێکی زۆری پێکەوە نا و لەو هەرەسە مادییە ڕزگاری بوو نەخۆشی خێزانەکەی خۆی بۆ خۆی لەناو چوو.

دکتۆر "گونیل" لە ئەنجومەنی پزیشکی ددانی ئەمەریکا ڕایگەیاند: خەم و نیگەرانی دەبنە هۆی خراپبوون و هەڵوەرین و ڕزینی

ددانەکان .بەڵگەش ئەوەیە کە خەم و نیگەرانی هاوسەنگی کالیسیۆم لە لەشدا تێک دەدەن. قەلەقی و حەساسی کە لە نیگەرانی و ترسەوە دروست دەبن هاوسەنگی کالیسیۆم لە لەشدا تیک دەدەن و واتای تێکچوونی هاوسەنگی کالیسیۆمی لەش خراپبوون و هەڵوەرینی ددانەکانە.

دکتۆر "گونیل" بەهۆی ئەم بەڵگەیەوە ئاشکرای کرد: (... نەخۆشێکم هەبوو پێش ئەوەی پەیوەندی بە منەوە بکات ددانەکانی سالم و بێعەیب بوون لە ناکاو هاوسەری ئەم پیاوە کە یەکتریان زۆر خۆش دەویست نەخۆش کەوت و بۆ ماوەی سێ هەفتە لە نەخۆشخانەدا لەژێر چاودێریدا مایەوە. لە ماوەی ئەم سێ هەفتەیەدا نۆ ددانی سالمی مێردەکەی دووچاری هەڵوەرین و کرمۆڵی بوون. کرمۆڵبونی ددانی بەم خێراییە هیچ هۆیەکی جگە لە نیگەرانی و ڕاڕایی نەبوو).

نازانم سەرنجت لە ژیانی کەسانێک داوە کە ڕژێنی ڕێکخەری کاری ڕۆژانەیان زیاد لە ئەندازە کار دەکات؟

من کەسانێکی لەم شێوەیەم بینیوە و دەتوانم حاڵی ئەوانتان بۆ بەیان بکەم: ئەو کەسانە زۆربەی کاتەکان دووچاری لەرزۆکی ئەندام و ماسولکەکان دەبن، وەک مردوویەکی لە گۆڕدەرهاتوو دێنە پێشچاو. توندی و لاوازی حاڵەتی ئەوانە پەیوەندی بە زۆر و کەمی دەردانی ڕژێنەکانەوە هەیە.

بە هەر شێوەیەک دەردەری ڕژێنەکان کە دەبێت کارەکانی ژیان بۆ جەستەیەک ڕێک بخەن لە هاوسەنگی تێپەڕیووە. لێدانەکانی دڵ زۆر خێرا دەبن، جەستەیش وەک کوورەیەکی ئاگر کە دەرگایان کردبێتەوە لە جۆش و خرۆش دایە.

لە حاڵەتێکی ئاوادا ئەگەر بە داودەرمان یا نەشتەرگەری ڕێگری لەو جۆرە ڕژێنە نەکەیت مردن زۆر بە خێرایی دەگاتە لات.

ماوەیەک لەمەوبەر چووم بۆ لای یەکێک لە دۆستەکانم کە تووشی نەخۆشی غودەی دەرەقی بوو بوو لە فیلادلفیا. مەبەستم بوو بیبەمە لای پزیشکێکی پسپۆڕ لەو نەخۆشخانەیەدا کە دەمناسی، ئەو پزیشکەی کە من مەبەستم بوو دۆستەکەم ببەمە لای تا ئەو کاتە سیوهەشت ساڵی تەواو کردبوو بە بەردەوامی سەرگەرمی چارەسەر کردنی ئەو نەخۆشانە بوو.

تۆ بزانیت پسپۆڕێکی ئاوا کارا بە ناوی پەند و ئامۆژگارییەوە چ ڕستەیەکی لە ژووری چاوانیدا هەڵواسی بێت؟ پێویست ناکات زۆر خۆتان بخەنە زەحمەت بۆ گەڕان بە دوای ئەو ڕستەیەدا، من ئەو ڕستانەم بینی کە لەسەر پارچە تەختەیەکی تاشراو هەڵکۆڵرابوون، لە پشتی پاکەتێکەوە نووسیمنەوە و ئێستاش وەک خۆی بۆ ئێوەی دەنووسمەوە:

هۆکارە کاریگەرەکانی پشوودان و شادمانی چییە؟

هۆکارە کاریگەرەکان لە بەدەستهێنانی پشوودان و شادمانی.

خەو، مۆسیقا و پێکەنینە! باوەڕت بە خوا و توانای خوا هەبێت! خۆڕاهێنان بۆ باش خەوتن! خۆشویستنی مۆسیقا!

شانبەشانی شادمانی و گاڵتەوگەپ ژیان بەڕێ بکە!

ئەگەر پەیڕەوی ئەو خاڵانەی سەرەوە بکەیت، دەستکەوتەکەی خۆشبەختی و سەلامەتییە.

یەکەمین پرسیاری پزیشکەکە بۆ دۆستەکەی من ئەمە بوو (چ پەریشانییەکی دەروونی بووەتە هۆی ئەم حاڵەتە؟) هەر ئەم پرسیارەی پزیشکەکە دۆستەکەمی ئاگادار کردەوە کە ئەگەر نیگەرانی لە خۆت بە دوور نەگریت دەبێت چاوەڕوانی نەخۆشی ترسناکی وەک نەخۆشی شەکرە و نۆبەی دڵ و برینی گەدە بکەیت کە پەیوەندییەکی ڕاستەوخۆیان بە نیگەرانییەوە هەیە.

لە چاوپێکەوتنێکدا لەگەڵ "مرل ئاوبرون"، ئەستێرەی ناوداری سینەماییدا دەیوت کە هەرگیز نیگەران نابێت، لەبەر ئەوەی دەزانێت کە جوانی و ڕازاوەیی یەکێکە لە مەرجە سەرەتاییەکان و زەرورییەکان بۆ ئەستێرەیەکی سینەمایی کە نیگەرانی نابووتیان دەکات.

سەبارەت بە زاڵبوون بەسەر نیگەرانیدا بە منی وت:

لە سـەرەتاوە کە دەمویسـت بچـمە نـاو دنیـای سـینەماوە زۆر نـاڕەحەت بـووم. تـازە لە هندسـتانەوە بـۆ لەنـدەن هـاتبووم، کەسـم نەدەناسی. لە لەنـدەن بە دوای بەدەسـتهێنانی کارێکدا دەگەڕام. چەنـد جارێـک سـەردانی دەرهێـنەری فلیمەکـانم کـرد، بەڵام هـیچ کامیـان پەسەندیان نەکردم .پارەم تەواو بووبوو ماوەی دوو هەفتە تەنها بە بسکیت و ئاو سکی خۆمم تێر دەکرد. لەو ساتانەدا تەنها نیگەرانی نەبوو کە ئازاری دەدام، برسێتیشی بۆ زیاد بوو. بە خۆمم دەوت:

کچەتیو تۆ هەرگیز ناچیتە ناو دنیای سینەماوە، چونکە ئەزموونێکت نییە و تا ئێستا لە هیچ فلیمێکدا بەشداریت نەکردووە. بۆ سـەرکەوتنت جگە لە ڕوومەتێکی جوان چ شـتێکی تـرت هەیە کە نمایشـی بکەیـت؟ کـاتێ لە خەیاڵمـدا ئامـاژەم بە جـوانی خـۆم کـرد ڕاسـتەوخۆ ڕووم لە ئاوێنە کرد .کە ڕووبەڕووی ئـاوێنەکە بـوومەوە تێگەشـتم کە نیگەرانـی چـی لەو جـوانییەی مـن کـردووە. چرچولـۆچێکی زۆر لە ڕوومەتمـدا دەرکەوتبوو کە بە تەواوی کاریگەری نیگەرانی و پەرێشـانی بـوو. لەو کـاتەدا بـوو کە بەڵێـنم بە خـۆم دا بە هەر شـێوەیەک بـووە دەبێـت ڕێگری لە نیگەرانی بکەم، چونکە ئەگەر ئەم کـارە بە ئەنجـام نەگەیەنـم تەنها سەرمایەیەک کە هەمە بۆ چوونە ناو سینەما لەدەستی دەدەم.

خانمی هونەرپیشە ڕاستی دەوت: هیچ شـتێک ناتوانێت بە ئەندازەی نیگەرانـی کـار بکـاتە سـەر جـوانی ڕووخسـاری ئافرەتێـک. نیگەرانـی ڕوومەت چرچولۆچ دەکات و دەبێتە هۆی ئەوەی کە لە خەمـی جـوانی لەدەستچووماندا خەمگین ببین.

حاڵەتی گرژومۆنی، عەبوسـی یەکێکە لە تایبەتمەنـدییەکانی نیگەرانـی و دوا بە دوای ئەوە مـوی سـەر بە خێرایـی سـپی دەبـێ. لە هەنـدێ لایەنی تریشـەوە نیگەرانی دەبێتە هـۆی هەڵوەرینی مـوو، هەتـا توانـای گۆڕینی ڕەنگی پێستی هەیە و زیپکەی لەسەر دروست دەکات.

کوشـندەترین نەخۆشـی لە ئەمەریکـا نەخۆشـی دڵە. ئەمەریکـا لە جەنگی جیهانی دووەمدا (300000) نەفەری لە مەیدانەکانی شـەڕدا لەدەسـت دا لە کاتێکدا هەر لەو مـاوەیەدا دوو ملیـۆن نەفەر بەهـۆی نەخۆشـی دڵەوە گیانیـان لەدەسـت دا. زیـاتر لە نیـوەی ئەوانە لە ئەنجامی نیگەرانی و نەشارەزایی لە ژیانی پەرێشـان و نـاڕەحەتکەر، دووچاری نەخۆشی دڵ بووبوون. "ولیام جیمز" وتەیەکی زۆر جوانی هەیە کە باسکردنی بێسوود نییە:

(... لەوانەیە خـوای گەورە بە تەوبە و پەشـیمانی دەسـتبەردارمان بێـت و لە تاوانەکانمـان خـۆش بێـت، بەڵام دڵنیـا بـن کە زنجیـرەی تووڕەبوون (اعصاب) دەستبەردارمان نابێت).

خـاڵێکی سەرنجڕاکێشـی تـر سـەبارەت بە ژیـانی خەڵکی ئەمەریکـا ئەوەیە، کە ئەو کەسانەی کاری خۆکوژی ئەنجام دەدەن زۆر زیـاترن لەو نەخۆشـانەی کە بەهـۆی پێنج نەخۆشـی ترسـناکەوە لەنـاو دەچـن. بەڕاست بۆچی وایە؟ وەڵامی ئەم بۆچییە جگە لە "نیگەرانی" شـتێکی تـر نیـیە! پێـدەچێت ئێـوەیش لە داسـتانەکاندا خوێنـدبێتتانەوە کـاتێ کاربەدەستەکانی حـاکمی ستەمکار دەیانویسـت کەسانێک ئەشکەنجە بـدەن دەسـت و پێیـان دەبەسـتنەوە و دەیانخسـتنە نـاو ئەمبـارێکی ئاوەوە و پاشان دڵۆپ دڵۆپ ئاویان دەکرد بە سەریاندا .بە شـێوەیەک کە مـاوەی نێـوان دڵۆپەکـان وەک یەک وا بـوون دوای مـاوەیەک ئەوەندە حەساسیەت دەهـاتە ئاراوە کە هەر دڵۆپەئاوێک وەک لێدانی پیکێـک لە مێشـکی ئەشـکەنجەدراوەکەدا دەنگی دەدایەوە لە کۆتاییـدا ڕوو بە شـێتی ڕاپێچـی دەکـرد. ئەم جـۆرە ئەشـکەنجەیە لە زۆربەی وڵاتەکاندا باوە. لە ئسپانیا لە کاتی پشکنینی بیر و بـاوەڕی خەڵکیدا و لە ئەڵمانیا هیتلەر نموونەیەکی زۆری لەم جۆرە ئەشکەنجەیەی پیـادە دەکرد کە دەبووە هۆی مردنی خەڵکی.

سەردەمێک کە منداڵ بووم و لە مەزرەعەی خۆماندا لە ویلایەتی "میسووری" دەژیام ڕۆژانی یەکشەممە لە مەراسیمی مەزهەبیدا بەشداریم دەکرد بە بیرهێنانەوەی ئاگری دۆزەخ و سزای تاوانباران لەو دنیا ئەوەندە ئازارم دەچەشت کە هەندێ جار لە هۆش خۆم دەچووم، بەڵام ئێستا کە گەورەبووم ئەوەم بۆ ڕوون بووەتەوە کە جەستەی هیچ کەسێک بە ئاگر ناسووتێت لەم دنیایەدا، تەنها ئاگرێک ئاگری نیگەرانییە کە جەستە و ڕۆحمان دەسووتێنێ و لەناویان دەبات کە تا ئێستا کەس لێی بەئاگا نییە.

تۆ ئەگەر دووچاری نیگەرانی درێژخایەنی و توانای ڕووبەڕووبوونەوەت نییە دڵنیابە دەبێ پێشوازی لە نەخۆشییە ترسناکەکان بکەیت. لە هەبوونی نیگەرانی درێژخایەن یەکەمین میوانی ئێوە

"ئانژین دوپواترین"ە، کە دەتوانیت دەردەکەی لە پزیشکەکەی خۆت بپرسیت. جگە لە ئازار، خەتەری دابڕین لە ژیان لە نەهامەتییەکانی ئەم نەخۆشییە. بۆ گەیشتن بە ئامانج واتە زاڵبوون بەسەر نیگەرانیدا گوێ بۆ وتەکانی دکتۆر "ئالکسیس" ڕادێرە:

(... ئەگەر لە شارێکی چڕوپڕ و قەرەباڵغدا بتوانیت ئارامی دەروونی خۆت بپارێزیت ئەوا لە نەخۆشی عەساب و دەروونی بە دوور دەبیت و ژیانێکی ئاسوودەت دەبێ).

ئایا تۆ دەتوانیت لە شارێکی پڕ ژاوەژاودا ئارام بیت؟

من دەڵێم ئەگەر مرۆڤێکی بەهێز و بەئیرادە بیت "بەڵێ".

مرۆڤ خاوەنی هێزێکی ئەوتۆی بەرگرییە کە دەتوانێت لەگەڵ سەختترین و پتەوترین فلزدا ڕووبەڕوو ببێتەوە، بە مەرجێ بیەوێت. ئەگەر بتەوێت دەتوانی بەسەر دژوارترین نیگەرانیدا زاڵ بیت.

"تـورو" لە کتێبە هەمیشــە زیندووەکەیـدا (والـدن) دەنووسـێت: (لەم بـابەتە درەوشـاوەتر نـاتوانرێ تەســەور بکرێـت، کە مـرۆڤ خـاوەنی هێزێکی ئەوتۆیە کە دەتوانێت بە هەوڵدان و تێکۆشـان بەختەوەری لە ژیانیدا دەستەبەر بکات.

ئەگەر کەسێک لە ڕوانگەی خەون و خەیاڵاتەوە پێشڕەوی بکـات و هەوڵ بـدات خەیاڵاتەکـانی خـۆی بگەیەنێتە قۆنـاغی کـارکردن (عملـی) بەهـۆی ئەم توانـایەوە لە سـاتەکانی ژیانیـدا سـەرکەوتنێک بەدەسـت دێنێ کە جێگەی باوەڕ نییە).

زۆرێـک لە ئێـوە هێزێکـی شـاراوەی دەروونــی زیاترتـان هەیە لە "ئالگا". ئەگەر "ئالگا" توانیبێتی لە حاڵەتێکی ترسناکدا دەریـای نیگەرانی لە خۆی دوور بخـاتەوە، ئەوا ئێوە بەهـۆی بـوونی ئەو هێـزە شـاراوە دەروونیەوە لەو سەرکەوتر دەبن.

"ئالگا " لە نامەیەکیدا بۆ منی نووسی:

{... هەشت ساڵ و نیو لەمەو پێش منیان مەحکوم بە مەرگ کرد - مەرگێکـــی تەدریجـــی ڕەنجهێـــنەر-. ئەم ڕەنـــجە لە ســـــەرەتانەوە سـەرچاوەی دەگرت. هاوڕێکانی "مـایۆ"، کە بـەناوبـانگترین پزیشـکانی ئەو ناوچەیە بوون بڕیاری مردنی منیان دەرکرد و منیان بۆ کۆلانێکی داخـراو ڕێنمـایی کرد. کۆتـاترین مەنزڵگای مـن لەم گەشـتەدا مەرگ و نەبوونی بوو.}

مـــن گەنـــج بـــووم و نەمدەویســـت بمـــرم. لە نائومێـدییەکی تەواودا تەلەفونم بۆ پزیشکی چارەسازم "مک کامفری" کرد.

بە گریـــانەوە حـــاڵی خـــۆمم بـــۆ ڕوون کـــردەوە. دکتـــۆر بە پەلە سەرزەنشتی کردم و وتی:

- ئالگـا، چ باســە؟ کەمێـک خـۆڕاگر بە! دڵنیـابە ئەگەر بتەوێت ئەم هەمووە بێتاقەت بیت ڕێگەیەکی ترت جگە لە مردن لە بەردەمدا نییە.

تۆ مافی خۆتە، ئەمڕۆ بە خراپترین سەرئەنجام گەیشتوویت، بەڵام بە ڕاستییەکان قایل بە و نیگەرانی لە خۆت دوور بخەرەوە، لە بیری چارەسەردا بە! من لێرەدا هاتمە سەرخۆم و سوێندم خوارد - سوێندێک کە وەک درەخت ڕەگوڕیشەی لە قووڵایی ناخمدا داکوتا.

بەڵێنم بە خۆم دا کە چیتر نیگەران نەبم و نەگریم تەنها دەمەوێ زیندوو بمێنم! بۆ چارەسەری نەخۆشانی ئاسایی ڕۆژانە دە خولەک و نیو تیشکیان بەکار دەهێنا، بەڵام من هەر ڕۆژەی چواردە خوولەک و نیو دەرمان و تیشکم بۆ ماوەی 45 ڕۆژ تەحەمول کرد. ئەوەندە لەڕ و لاواز بوو بووم کە ئێسقانەکانم لەژێر پێستەوە دیار بوون.

ڕەنگی پێستم زەرد هەڵگەڕا بوو، بەم هەمووە نەهامەتییەشەوە تەنها جارێک ڕێگەم بە نیگەرانی نەدا و نەگریام. بە هەر شێوەیەک بوایە خۆمم ناچار دەکرد کە پێبکەنم.

هەڵبەتە ئەوەندە گێل نیم کە وا بزانم ئەو پێکەنینە ناچاریانە بوو بووە هۆی دەرمانی من، بەڵام ئەمەش جێگەی باوەڕە کە ئەو پێکەنینە ناچاریانە بووبوونە هۆی ڕێگریکردن لە هاتنە ناوەوەی نیگەرانی .بەهەرحاڵ، من شیفای تەواوم لە سەرەتانێکی کوشندە بەم شێوەیە تاقی کردەوە. باوەڕ بکەن هیچ کات بە ئەندازەی چەند ساڵی کۆتایی، واتە دوای چاکبوونەوەم، سالم و شاد نەبووم.

هیچ کات ئەم وتەیەی دکتۆر "مک کامفری" لەبیر ناکەم کە وتی:

(خۆڕاگر بە! دڵنیا بە ئەگەر بتەوێت ئەم هەمووە بێتاقەت بیت ڕێگەیەکی ترت جگە لە مردن لە بەردەمدا نییە. تۆ مافی خۆتە، ئەمڕۆ بە خراپترین سەرئەنجام گەیشتوویت، بەڵام بە ڕاستییەکان قایل بە و نیگەرانی لە خۆت دوور بکەرەوە، لە بیری چارەسەردا بە).

ئەم بەندەش بە دووپاتکردنەوەی وتەکانی دکتۆر "ئالکسیس کارل" دەگەیەنینە کۆتایی و بە ئەنجامگیری دەینەخشێنین:

ئەو ڕاستیانەی کە دەبێ سەبارەت بە نیگەرانی بیانزانیت

فەرمانی یەکەم:

ئەگەر دەتەوێت نیگەرانی لە خۆت دوور بخەیتەوە بە شێوەی "سرولیام ئاسلر" هەڵسوکەوت بکە: بە جیا پارێزگاری لە حسابی هەر ڕۆژێک بکە -ئەمڕۆ تەنها ئەمڕۆیە پەیوەندی بە دوێنێ و سبەی تۆوە نییە. پەریشانی ئاینده مەبە و خەمی ڕابردوو مەخۆ -هەموو ڕۆژێ تا نانی ئێوارە بۆ ئەو ڕۆژە بژی.

فەرمانی دووەم:

ئەگەر لەگەڵ گرفتێکدا ڕووبەڕوو بوویتەوە و هەستت بە بێزاری کرد لە بەرامبەریدا ئەوا کار بە ڕێسا موعجیزەئاساکەی "کاریر" بکە:

أ- لە خۆتان بپرسن کە خراپترین سەرئەنجام چی دەبێت.

ب- خۆتان لە ناخەوە بۆ قایلبوون بە خراپترین ئەنجام، کە لە کاتی ڕوودانی مەشاکیلێکدا دێتە پێش ئامادە بکەن. ج- دوای قایلبوون بە خراپترین ئەنجام بە خۆڕاگرییەوە ڕووەو شەڕی، لەسەر و تاریکییەوە ڕەنگێکی تر نییە بڕۆ. لەم حاڵەتەدا هەرچی بەدەست بێنی سەرکەوتن و سەربەستییە.

فەرمانی سێیەم:

هەمیشە لە بیرتدا بێت، کە نیگەرانی چ بەڵایەک بەسەر سەلامەتی ئێوەدا دێنێت. دڵنیا بن:

پیشەوەرێک ئەگەر ڕێگەی ڕووبەڕووبوونەوەی نیگەرانی نەگرتبێتە بەر، گەنجیتی دەمرێت.

بەشی دووەم

بەندی چوارەم

شیکارکردنی نیگەرانی

بەڕاست وا دەزانیت یاسای کاری موعجیزەئاسای "*ویلیس کاریر*" کە لە بەندی دووەمدا ئاماژەمان پێ کرد، دەتوانێ ئاستەنگەکانی تایبەت بە نیگەرانی بۆ ئێوە لەناو ببات؟

بەتەواوەتی نەخێر! ئێستا کە وەڵامەکەی نەخێر و نێگەتیڤە دەبێ بپرسی: (دەبێ چی بکرێ؟) لە وەڵامی ئەم دوا پرسیارەی تۆدا دەڵێین:

لەگەڵ ئاشنایی و هەڵوێستوەرگرتن لە سێ قۆناغی بنەڕەت و شیکارکردن و تەحلیلکردنی نیگەرانی پێش تاوتوێکردنی ئەو ئاستەنگ و گرفتانە دەبێ خۆت بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی جۆرەکانی نیگەرانی ئامادە بکەیت.

1. هەستکردن و پەیبردن بە ڕاستی و حەقیقەتەکان.
2. لەقاڵبدان یان شیکردنەوە و تەحلیلکردن و بەدواداچوونی ڕاستییەکان.
3. خۆیەکلاییکردنەوە و دانانی پیلان و نەخشە و کارپێکردنیان.

"ئەرستۆ" ئەم سێ قۆناغەی لە بەرچاو دەگرت و لە دەرسەکانیدا دەیوتنەوە. کەوایە بەڵگەیەکمان بە دەستەوە نییە کە من و تۆیش بۆ ڕووبەڕووبوونەوەمان بەرامبەر بەو ئاستەنگ و گرفتانەی کە ژیانی لێ کردووین بە دۆزەخ لەم قۆناغەدا سوودمەند نەبین و هەنگاوی بۆ هەڵنەگرین!

هەستکردن و پەیبردن بە ڕاستی و حەقیقەت:

ئێستا بەشی یەکەم، کە هەستکردن و پەیبردنە بە ڕاستی و حەقیقەت بە وردی دەیخوێنینەوە و دەچینە بنجوبناوانیەوە تاکو تێبگەین بۆچی پەیبردن بە ڕاستی و حەقیقەت ئەوەندە گرنگە و جێگەی سەرنجە، پێش گەیشتن و پەیبردن بە حەقیقەت و بەئاگابوون لە داواکارییەکان ناتوانین ئاستەنگێک بە باشی دوورەپەرێز بخەین.

بەبێ هەستکردن و پەیبردن بە ڕاستی و حەقیقەت هەوڵدانی ئێمە بۆ زاڵبوون بەسەر ئاستەنگ و گرفتەکاندا جگە لە خۆئازاردان و خۆفریودان هیچی تری لێ ناوەشێتەوە.

ئەو ئەزموونەی کە باس کرا ئەزموونی خودی من نییە، بەڵکو ئەزموونێکی سەلمێنراوی 'هربرت هاکز'ی جێگری کۆلێجی کۆلۆمبیایە، کە بە سوودوەرگرتن لەم بیروباوەڕە لەگەڵ ئاستەنگ و گرفتی زیاد لە دوو سەد هەزار خوێندکاردا ڕووبەڕوو بووەتەوە و لە زۆربەی کاتەکاندا سەرکەوتنی بەدەست هێناوە.

لە دانیشتنێکمدا لەگەڵ 'هاکز'دا پێی ڕاگەیاندم: (... پەرێشانی و ناڕێکوپێکی هۆی نیگەرانییە. زیاتر لە نیوەی نیگەرانییەکانی دنیا کەسانێک دەچنە ژێر بارییەوە و تەحەمولی دەکەن کە هەوڵ دەدەن پێش لە ناسینی ئاستەنگ و گرفت و بەدەستهێنانی زانیارییەکی پێویست لەو بارەیەوە بڕیار بدەن و پراکتیزەی بکەن .من هیچ کات سەبارەت بە گرفتێک کە بڕیارە سێشەممەی داهاتوو بۆم بێتە پێش، پێش کاتی دیاریکراو پێشوازی لێ ناکەم و بە دوایدا ناچم -هەتا بڕیاردان بەبێ کردار .بە درێژایی ئەو ماوەیەی کە ماوە تا گەیشتنی گرفتەکە بیر و فکری خۆم ساف دەکەم و بەبێ ناڕەحەتی و ئازاردان هەوڵ دەدەم زانیاری پێویست سەبارەت بە گرفتەکە بەدەست بهێنم یا زانیارییەکانم تەکمیل بکەم. ئەگەر سەرکەوتوو بم تا کاتی ڕوودانی

گرفتەکە زانیارییەکانم تەکمیل بکەم ئەوا گرفتەکە خۆی بە خۆی لەناو دەچێ).

چون وتەکانی 'هاکز' بەلامەوە گرنگ بوو لێم پرسی: (ئایا ئەم ڕەوشە دەتوانێت نیگەرانی بێهوودە لە ئاستەنگ و گرفتەکان دوور بخاتەوە؟)

'هاکز' بەبێ پەردە و ڕاستەوخۆ وەڵامی دایەوە و وتی: (... بەڵێ، وا دەزانم ئەو جەسارەتەم هەبێ کە بڵێم نیگەرانی لە ژیانی مندا واتا و مەفهومی نییە. ئەم بابەتەشم دەستگیر بووە کە ئەگەر کەسێک کاتی خۆی بۆ ناسینی گرفت و بەدەستهێنانی زانیاری لە بارەیەوە سەرف بکات ئەوا گرفتەکە خۆی بە خۆی لەناو دەچێ و لە ئەنجامیشدا نیگەرانی نایەتە کایەوە! هەڵبەتە دەبێ زانیاری سەبارەت بە گرفت و کێشەکان حەقیقی بێت نەک خەیاڵات و خۆفریودان! مۆڵەتم بدەن بابەتەکە بەم شێوەیە کورت بکەمەوە: ئەگەر کەسێک کاتی خۆی بێئامانج و مەبەست سەرفی بەدەستهێنانی بابەتێکی حەقیقی بکات، ئەوا نیگەرانییەکەی بەهۆی زانیاری بەدەست هاتووەوە کە ڕاستییەکە سەبارەت بە بابەتەکە، لەناو دەچێ).

دەبێ دان بەوەدا بنێم کە من بەم شێوەیە ڕەفار دەکەم. وتەکانی 'ئەدیسۆن'یش لەم بارەیەوە گرنگی خۆی هەیە: (لە دنیادا هۆکارێک پەیدا نابێ کە مرۆڤ لە کاتی هەڵهاتنیدا لە دەستی ئازار و ڕەنجی بیر و بۆچوونەوە پەنای بۆ بەرێت).

وتەکەی 'ئەدیسۆن' ڕاستە و جێگەی گومان نییە، چونکە ئەگەر بمانەوێت لەم پێناوەدا زەحمەتی خۆمان بدەین ئەوا وەکو سەگێکی ڕاوی بەدوای شکارێکی خەیاڵیداین.

لە ڕاستیدا ئێمە بە دوای ڕاستییەکداین (حەقیقەت) کە کار و کرداری ئێمە پەسەند بکات. ' ئاندرە موروا' نووسەر و دانای کۆنی فەرەنسی

دەڵێت: (... هەر شتێک کە لەگەڵ ویست و حەز و ئارەزووی ئێمەدا گونجاو بێت، ئەوە بە بۆچوونمان حەقیقەتە، لە هەر شتێکیش کە پێچەوانەی ویست و حەزەکانمانە تووڕە و بێزارین.)

کە وایە نابێ سەرسام بین بە بۆچوونێکی وا، کاتێ دەبینین کە ئاستەنگ و گیرۆدەیی بەم ئاسانییە چارەسەر ناکرێن! وای دابنێ ڕووبەڕووی پرسیارێکی بیرکاری سەرەتایی بوویتەوە .بۆ نموونە ئەگەر بۆچوونی تۆ ئەوە بێت کە (2×2=5) کێشەیەکی سەرسوورهێنەرە، هەڵبەتە نەک لەبەر ئەوەی کە وەڵامەکە هەڵەیە، بەڵکوو مایەی گاڵتەپێکردن و پێکەنینیشە. جێگەی داخە ئەمڕۆ کەسانێک لە دنیادا هەن، کە جەخت لەسەر ڕاستی (2×2=5) دەکەنەوە و پێداگری لەسەر دەکەن و ڕەخنە لە کەسانی تر دەگرن نەک لە خۆیان. لە کاتێدا ئەم کەسانە دەبێ ئەوە بزانن کە ئەنجامی (2×2) چوارە بۆ خەڵکی جیاوازی نییە کە بە بۆچوونی تۆ پێنج بێت یا 555! ئامانجی داستان، هەڵەبوونی بۆچوونی تۆیە، گەورەیی و بچووکی هەڵە ئیدی گرنگ نییە. لە حاڵەتێکی ئاوادا دەبێ چی بکرێت؟

دەبێ تەنها ڕێگەیەک بگرینە بەر بۆ گەیشتن بە ڕاستی و حەقیقەت و زەمینەیەک خۆش بکەین بۆ بیرکردنەوەمان لە ڕوانگەی هەستەوە واتە بە گوێرەی بۆچوونەکانی "هاکز" دەبێ بێ خۆفریودان لە ڕێی حەقیقەتی زانستی پەسەندکراودا بۆ پێشەوە بڕۆین. بە بیرهێنانەوەی ئەم خاڵەش پێویستە کە بەئەنجامگەیاندنی فەرمانی شیتەڵکردن و شرۆڤەی زانستیانەی نیگەرانی لە کاتێکدا کە بێزاری و نیگەرانی بوونی خۆیان پیشان دەدەن کارێکی ئاسان نییە. چونکە لەم جۆرە هەلومەرجانەدا هەستەکان گەشتوونەتە لووتکەی هەڵچوون و نیگەرانی بە ئاسانی دەتوانێت دەستدرێژی بکات و عەقڵ و بیر و هۆشت تۆمەتبار بکات. من لە میانەی کار و ئەزموونەکانمدا بۆ

دوورخستنەوەی ئاستەنگ و نیگەرانییەکانم بە دوو ڕێگەی کاریگەر گەیشتم کە بۆ ئێوەی باس دەکەم:

1. کاتێ هەوڵ دەدەم کە حەقیقەتێک بەدەست بێنم، وا خۆم پیشان دەدەم کە ئەم زانیاریانە بۆ کەسێکی گیرۆدەی تر ئامادە دەکەم نەک بۆ خۆم. ئەم بیروبۆچوونە یارمەتیم دەدات کە بە خوێنساردی و ئارامی و بێلایەنانە هەنگاو هەڵبگرم و بواری خۆنواندن بە هەستەکانم نەدەم.

2. لە میانەی هەوڵەکانمدا بۆ بەدەستهێنانی زانیاری پێویست بۆ زاڵبوون بەسەر کێشەیەکدا کە نیگەرانی کردووم، هەندێ جار خۆم بە وەکیلی پارێزەرێک لە قەڵەم دەدەم کە بۆ پارێزەرەکە کۆکردنەوەی بەڵگەی پۆزەتیف کارێکی ئاسانە. بە دەستەواژەیەکی ڕوونتر کاتێک لە پەیداکردنی بەڵگەیەکدام بۆ خۆم، ئەو شتانەی کە هەرگیز حەز و ویستم لێی نییە ڕووبەڕوویان ببمەوە ڕووی کاغەز دێنم و ئەو کاتە بەوپەڕی خوێنساردی و ئارامییەوە لە پشت مێزەکەمەوە دادەنیشم و یەکەم داواکاری بەسوود بۆ خۆم و دوای ئەوە داواکاریانێک کە کەسی بەرامبەر دەتوانێت سوودی لێ ببینێت دەنووسم و زۆربەی کات سەرکەتوو دەبم و حەقیقەت کە لە نێوان ئەو دوو مەرجەدا جێگیر بووە دەتوانم بە ئاسانی بیناسم و بیهێنمە دەرەوە.

ئەوەی کە خوێندتەوە شێوە ڕەفتاری منە، بەڵام نەک من و نەک تۆ هەتا کاربەدەستانی دەوڵەت و هەتا دانای وەکو "ئەنیشتاین"یش ناتوانن بەبێ زانیاری دەربارەی حەقیقەت و هۆکاری کاریگەری ئاستەنگ و گرفت، بڕیاری شیاوی ڕاست بدەن.

"ئەدیسۆن" یەکێکە لەو کەسانەی کە بە بەهاو نرخی حەقیقەت پایەدار بووە، چونکە دوای مردنی زیاد لە 2500 لاپەڕە یادداشت لە ماڵەکەیدا بەجێ ما، کە پڕ لە حەقیقەت و هۆکارە کاریگەرەکانی ئاستەنگ و گرفت بوو کە لە ژیانیدا ڕووبەڕوویان بووبوویەوە.

بەم شێوەیە یەکەمین یاسای کار بۆ چارەسەری کێشەکان ئەوەیە کە ڕاستییەکان بدۆزینەوە وەکو "هاکز" پێش کۆکردنەوەی زانیارییە پێویستەکان بگەڕێینەوە بۆ هۆکارە کاریگەرەکانی نیگەرانی و ڕێگەیان لێ بگرین. بە تێپەڕین بەسەر ئەم قۆناغەدا تێگەیشتین کە بەدەستهێنانی هەموو هۆکارەکان و ڕاستییەکان بەبێ شیکارکردن و تەحلیلکردن نەک تەنها بێبەهایە بەڵکوو لەوانەیە بێهوودەش بێت. ئەزموون بە من دەڵێت کە باشترین ڕێگە تۆمارکردنی سەر کاغەزە دوای یادداشتکردن و ئاشکراکردنی ئەوەی کە کێشە و ئاستەنگ چییە بڕیاردانی ژیرانەی خۆت کاریگەری هەیە. " چارلز کیترنیگ" لەم بارەیەوە دەڵێت: (... نیوەی ئەو ئاستەنگانەی کە شیکار و تەحلیل کراون چارەسەر کراون).

چینییەکان دەڵێن: وێنەیەک باشتر لە دە هەزار وشە لەگەڵ مرۆڤدا دەدوێت. من بە قایلبوونی تەواوم بەم بیرۆکەیە لە پەنای تابلۆیەکی جوان و ڕەنگینی ئەم بابەتەدا کە چۆن پیاوێک توانی مەسەلەیەک کە پەیوەندی بە باسەکەی ئێمەوە هەیە ئەنجام بدات، دەمەوێت بۆ ئێوەی بگێڕمەوە: سالانێک بەسەر ئەوەدا تێپەڕ دەبێت کە من لەگەڵ "گلن لیچفیلد"، کە بەڕێوەبەری یەکێک لە کۆمپانیا بەنابانگەکانی ڕۆژهەلاتی ئەمەریکا بوو ئاشنا بووم. "لیچفیلد" لەو ساڵەدا کە یابانییەکان فەرمانڕەوایی "شانگهای"یان دەکرد لە چین دەژیا.

باشتر وایە داستانەکە لە زمانی خۆیەوە ببیستن: (... لە هێرش بۆ "پرل هاربرت" ماوەیەکی زۆر تێنەپەڕی بوو کە یابانییەکان ڕووەو شانگهای بەڕێ کەوتن .لەو کاتەدا من بەڕێوەبەری کۆمپانیایەکی "بیمە" بووم لە شانگهای، لە لایەن دەوڵەتی یابانەوە فەرمانبەرێک بۆ هەواڵەکردنی حسابی کۆمپانیا دامەزرا. کە ئەم کەسە دەریا "سالار" بوو، فەرمانیان بە من کردبوو:

که باشـــترین هاوکـــاریم لەگەڵ ئەودا هەبێـــت، هەڵـــبەتە پێیـــان ڕاگەیانـــدبووم کە لە هاوکـــاریکردنی درێغـــی و کەم تەرخەمـــی نەکەم .دوو ڕێگە زیـاترم لە بەردەمدا نەبـوو: یـا دەبـوایە بـۆ هاوکـاریکردنی خـــۆم تەرخـــان بـــکەم یـــا مـــردن هەڵبژێـــرم. چـــارەیەکیش جـــگە لە جێبجێکردنـی فەرمانەکـانی فەرمـانڕەوای سـوپای یابـان نەبـوو. تەنهـا کارێک کە توانیم بە سوودی کۆمپانیا ئەنجامی بدەم ئەوە بوو کە بە هەڵە نـــامەیەکی 750 هەزار دۆلاریـــم بۆ"دەریـــا ســـالار" لە قەڵەم دا .بیـانووم ئەوە بـوو کە ئەو بـڕە پەیوەنـدی بە کۆمپانیـایەکەوە هەیە لە هۆنـگ کۆنـگ و بەڵـگەیەک نیـیە کە ئەو بـڕە بە حسـابی کۆمپانیـا لە شانگهای لەبەرچاو بگرم !هەڵبەتە دەترسام کە یابانییەکان لەم کارەی مـن بەئاگـا بـن و تووشـی دەردەسـەرییەکی ترسناک ببم. لە ڕاسـتیدا ترسەکەم جێگەی خۆی بوو، ئەوەی لێی دەترسام بەسەرمدا هات.

بەڕێـــوەبەری کۆمپانیـــا ڕۆژی یەکشـــەممە پێـــی ڕاگەیانـــدم، کە بە ئامـادەنەبوونی مـن دەریاسـالاری یابـانی لەم کەینـوبەینە گەشـتووە و ئەوەندە تووڕەیە، لە تاودا خۆی پێچ دەدات. دەریاسـالار ڕایگەیاندووە کە مـن خیـانەتم لە دەوڵەتـی یابـان کـردووە، مـن بە باشـی لە سـزای کەسـێک، کە لە دژی دەوڵەتـی یابـان هەنگـاو هەڵگرێـت بەئاگـا بـووم، دەمزانی شوێنی ئەو کەسانە بەندیخانەی "بریج هاوس"ە .

بـریج هـاوس، جـێگەی ئەشـکەنجەدانی کاربەدەسـتانی یابـان بـوو. هەنـدێ لە دۆسـتەکانم پـێش ئەوەی بـکەونە نێـو ئەم بەنـدیخانەیەوە خۆیـان کوشـتووە، هەنـدێکی تریشـیان دوای دە ڕۆژ لێپرسـینەوە و ئەشکەنجەدان پەیوەندیان بە ئەوانەوە کردووە. ئێسـتا منیش نـاوم لە ڕیـزی ئەو زینـدانیانەدا نووسـراوە، بـۆ دەربـازبوونم دەبـوایە چـیم بکـردایە؟ ئێســتا دەیهێــنمەوە بیــری خـــۆم کە ئەگەر لەو حـــاڵەتەدا ڕێگەیەکی چارەسازی کاریگەرم نەدۆزیایەتەوە چەندە گیرۆدەی ترس و دژواری دەبووم. سـالانێک بـوو کە هەر کاتێ لە کارێکدا دووچاری

نیگەرانی دەبووم ڕاستەوخۆ ڕوو بە دەزگای چاپ دەڕۆیشتم و ئەم پرسیارانەم چاپ دەکرد:

1. چ شتێک منی نیگەران کردووە؟

2. دەتوانم چ شتێک لەم بارەیەوە ئەنجام بدەم؟

پێش ئەم قۆناغە بێ ئەوەی پرسیارەکان بخەمە سەر کاغەز هەوڵم دەدا وەڵامێکیان بۆ بدۆزمەوە بەڵام دوایی تێگەیشتم کە نووسینی پرسیار و وەڵامەکان لە بەرامبەریدا یارمەتی بیرکردنەوە دەدات. بەم ئەزموونە بوو کە ڕۆژی یەکشەممە ڕوەو ژوورەکەم لە ئەنجومەنی گەنجانی مەسیحی ڕۆیشتم و لە پشت مێزی دەزگای چاپەکەوە دانیشتم و بە فشاردانی دوگمەکانی نووسیم:

1. چ شتێک منی نیگەران کردووە؟

ترس لەوەی کە سبەی بەیانی بمخەنە نێو بەندیخانەی "بریج هاوس"! نۆبەتی پرسیاری دووەم هات:

2. دەتوانم چ شتێک لەو بارەیەوە ئەنجام بدەم؟

دوای چاپکردنی پرسیاری دووەم چەند کاتژمێرێک بیرم کردەوە تا پەیم بە چوار ڕێگەی چارەساز برد.

چوار ڕێگاکەم لەگەڵ ئەنجامەکانیاندا نووسی: أ- دەتوانم چاوم بە دەریاسالار بکەوێت و ڕێگری لە هەنگاوەکانی بکەم.

گرفت ئەوە نییە کە زمانی ئینگلیزی نازانێت ئەگەر بمەوێت بەهۆی وەرگێڕێکەوە قسەی لەگەڵ دەکەم، بەڵام لەوانەیە دووبارە تووڕە ببێتەوە، ئەم کارەش ئەنجامێکی جگە لە مردن نییە.

بەو خوونەریتە خەشمەی کە من دەیزانم لەوە بە دوور نییە کە گوێ بۆ قسەکانم ڕانەدێرێت و ڕاپێچی بەندیخانەم بکات. ب- دەتوانم هەڵبێم! ئەمەش گونجاو نییە، چونکە دەمخەنە ژێر چاودێرییەوە و بە

زوویی دەستگیرم دەکەن و لە سێدارەم دەدەن. ج- هەر لەم ژوورەدا دەمێنمەوە و ناڕۆم بۆ کۆمپانیا! ئەمەش بێسوودە! چونکە دەریا سالار بە ئامادە نەبوونم مەشکوک دەبێت و دەنێرێت بە دوامدا و لەو کاتەدا بەبێ دادگاییکردن ڕەوانەی بەندیخانەم دەکات.

د- وەکو پیشەی هەمیشەیی سبەی بەیانی دەڕۆم بۆ کۆمپانیا! لەوانەیە دەریاسالاری یابانی بە هۆی گرفتاری زۆرەوە ئەم بابەتەی لەبیر کردبێ، ئەگەر لەبیریشی نەکردبێت بە تێپەڕبوونی شەوێک ئارام بووەتەوە و من پێش ڕوودانی کارەسات دەتوانم قانعی بکەم.

دوای سەرنجدانی تەواوم لە هەر چوار ڕێگە چارەسازەکە، ڕێگەی چوارەمم هەڵبژارد. ڕۆژی دوایی بەیانی زوو وەک پیشەی هەمیشەیی ڕۆیشتم بۆ کۆمپانیا .بە ئارامی و بێ مشەوەشی چوومە ناو ئیدارەوە . لە ژووری بەڕێوەبەردا، دەریاسالاری یابانی کە جگەرەیەکی بە لالێوەوە بوو وەک پیشەی هەمیشەیی سەرگەرمی کارکردن بوو. دەریاسالار بێ ئاماژەکردن بە ڕووداوی دوێنێ سەری قسەی دامەزراند.

ئەو ڕۆژە سەبارەت بە هەر شتێک قسەمان کرد، جگە لە ئاماژەکردن بە بابەتی ڕۆژی ڕابردوو، وەک ئەوەی کە هیچ نەبووبێ و بە خۆشی کۆتایی بە ڕۆژەکە هات. دەریاسالار دوای شەش هەفتە لە تۆکیۆوە بانگهێشت کرا و نیگەرانییەکانی من بە تەواوی لەناو چوو.

بەم شێوەیە بوو کە بە وردی و سەرنجێکی ئەوتۆوە لە ڕۆژی یەکشەممەدا بڕیارم دا و توانیم ژیانی خۆم بپارێزم.

ئەگەر بێئۆقرە و بە هەڵەشەیی دەستبەکار بوومایە هەڵەیەکی گەورە ڕووی دەدا کە سەرئەنجامەکەی مەرگ بوو. هەتا ئەگەر ئەو شەوەم دیوانەئاسا بە مشەوەشی تێپەڕاندایە خەو نەدەهاتە نێو چاوانم و سبەی بە ڕواڵەتێکی نیگەران و مشەوەشییەوە دەچووم بۆ

کۆمپانیا، ئەوەندە بەس بوو کە دەریاسالار بە گومانی خراپ لە من تێبگات و هەر ئەو گومان خراپییە ئەوی لە دژی من هەڵدەنا.

ئەزموون بۆی سەلماندووم کە چۆنییەتی گەیشتن بە قۆناغی بڕیاردان چەندە لە بواری نەخشەکێشان و سەرکەوتندا کاریگەری هەیە و چەندە لە ژیاندا بەها و نرخی هەیە .نەگەیشتن بە ئامانج و نەپێکانی هەدەف و نەبوونی توانا بۆ زاڵبوون بەسەر بەڵاکاندا زۆربەی مرۆڤەکان تووشی هەڵچوونی دەروونی دەکات و ئەوانە ڕوەو دۆزەخی ژیان ڕێنمونی دەکات.

من گەشتمە ئەو ڕاستیەی کە 50%ی نیگەرانییەکان تا گەیشتن بە قۆناغی کۆتا بڕیاردان نابوت دەبێ و 40% لە کاتی جێبەجێکردنی بڕیارەکاندا لەناو دەچێ .بەم ڕیزبەندییە 90% نیگەرانییەکان بە بڕینی ئەم چوار قۆناغە لەناو دەچن:

1. بە وردی و بە دیقەتەوە دەنووسم، کە چ شتێک بووەتە هۆی نیگەرانبوونم.

2. لەم بارەیەوە دەتوانم چی ئەنجام بدەم.

3. بڕیاری خۆم دەدەم.

4. بەبێ وەستان و کات بەفیڕۆدان بڕیارەکەم دەخەمە قۆناغی جێبەجێکردنەوە.

"گلن لیچفیلد" تا ئەم دواییانەش بەڕێوەبەری کۆمپانیایەکی گەورەی "بیمە" و کاروباری دارایی بوو. ئەم کەسە لە بەناوباگترین خاوەنی کارە ئازادەکانی ئەمەریکا بوو لە ئاسیادا. ئەو بە ڕاشکاوی بە منی وت کە بەشێک لە سەرکەوتنەکانی خۆی بە قەرزاری ڕەوشی شیکارکردن و تەحلیلی نیگەرانی دەزانێت. بەڕاست بۆچی شیکارکردن و تەحلیلی نیگەرانی تا ئەم ڕادەیە سەرکەوتن ئامێزە؟

لەبەر ئەوەی کاریگەر و کرداریییە، ڕاستەوخۆ هێرش دەکاتە سەر ناوەرۆکی گرفت و نیگەرانییەکان و قۆناغی جێبەجێکردنی بڕیار، کە کۆتا بەشی شیکارکردن و تەحلیلی نیگەرانییە، دەبێتە هۆی زیادبوونی توانای هێرشبردن. گوێ بۆ وتەکانی "ولیام جیمز" دەگرین: (... کاتێ کە بڕیار درا و بێ کاتکوشتن خرایە بواری پراکتیزەوە بە شێوەیەکی تەواو پەرێشانی و بێزاری ڕادەماڵێت).

"ولیام جیمز"، بڕوای وایە کە هەر کاتێ بڕیارێکی تەواو بەجێ بە ڕاستی درا دەبێ ڕاستەوخۆ بیگەیەنیتە قۆناغی پراکتیزەکردنەوە، بەبێ هیچ گومان و دوودڵییەک. بەبێ هۆ نابێت کاتی خۆت بۆ پیاچوونەوە و گومان و دوودڵی بە هەدەر بەریت لەگەڵ ئەوەشدا دوودڵی و مەشکوکبوون هۆکاری دروستبوونی نیگەرانین و دەبنە هۆی ڕێگریکردن لە جێبەجێکردنی بڕیارەکان. هەر کاتێ کە بڕیاری ڕەوا و ڕاست پێش لێکۆڵینەوە درا ئیدی ئاوڕ بۆ پێش بڕیار مەدەرەوە و بۆ پراکتیزەکردنی بڕیار ڕاستەوخۆ بۆ پێشەوە بڕۆ .بۆچی تۆ نابێت هەتا بە شێوەی ئەزموونیش بووە بۆ زاڵبوون بەسەر یەکێک لە ئاستەنگ و گرفتەکانی نیگەرانیهێنەری خۆت لە ڕەوشی گلن لیچفیلد سوود وەربگریت؟ سەرنجی چوار پرسیاری گلن بدە.

وەڵامەکانیش لەژێر پرسیارەکاندا بنووسە.

1. بۆچی نیگەرانم؟
2. لەم بارەیەوە دەتوانم چی بکەم؟
3. دەتوانم ئەم کارە بە ئەنجام بگەیەنم؟
4. چ کاتێ دەست پێ بکەم؟

بەندی پێنجەم

{لابردنی 2/1ـی نیگەرانی}

تۆ هەر کار و پیشەیەکت هەیە -هەڵبەتە جگە لەوەی لەگەڵ مندا هاوکار بیت- بە بینینی ئەم سەرباسە بەسەرەتا قاقایەکی پێکەنینم ئاراستە دەکەیت و بە خۆت دەڵێیت: (چ سەرباسێکی پێکەناوییە! ساڵانێکە کە سەرقاڵی فڵانە کارم و لەم ماوەیەدا تەواوی ئاستەنگەکان و گرفتەکانم چارەسەر کردووە، ئێستا تازەبەتازە هاتووە و دەیەوێت ڕێگەی لابردنی 1/2ی نیگەرانی پیشانی من بدات. نیگەرانی من پەیوەندی بە کێشەکانمەوە هەیە، کاتێ خۆم دەتوانم تەواوی کێشەکانم چارەسەر بکەم و لە 100%ی نیگەرانی لەناو بەرم، ئیدی ئەمە چ مژدەیەکە کە بۆ لەناوبردنی نیگەرانی بە منی دەدات؟)

لەم ڕووەوە مافی خۆتە. منیش ئەگەر چەند ساڵێک لەمەوبەر، سەرباسێکی لەم شێوازەم ببینیایە هەر ئەو کارەم دەکرد! چونکە منیش وەک تۆ فێر بووم بە بەڵێنی ئومێدبەخش دڵخۆش بکەم، لە کاتێکدا کە دەمزانی -بە هەمان ئەو شێوەیەی کە تۆ دەیزانی- وەعد و بەڵێنەکان بە ئەنقەست پایە و بنچینەیەکی تۆکمەیان نییە.

مۆڵەتم بدەرێ بەبێ پەردە و بە ئاشکراتر بڵێم: لەوانەیە من هەتا نەتوانم 1/2ی یا 50%ی بۆ ئێوە بە ئەنجام بگەیەنم، بەڵام شتێک کە دڵنیام لێی و بە دڵنیاییەوە دەتوانم بۆ ئێوەی بە ئەنجام بگەیەنم ئەوەیە کە پیشانی بدەم خەڵکانی تر چۆن سەرکەوتنیان لەم بارەوە بەدەست هێناوە. 50%کەی تری دەخەمە گەردنی خۆتان.

ئەگەر لە بیـرت نەکردبێـت لە بەنـدی سـێیەمدا وتەکەی "ئـالکیس کـارل"م نووسـی: پیشـەوەرێک ئەگەر ڕێـگەی ڕووبەڕووبـوونەوەی نیگەرانی نەگرتبێتە بەر، بە گەنجێتی دەمرێت !زۆر باشـە ئێستا قایل بووین کە نیگەرانی تا ئەم ئەندازەیە زیانبەخش و ماڵوێرانکەرە بۆچی ئامادە نەبین هەتا 10%ـی لەناو بەرین؟ من وا دەزانم سـەرکەوتن بەسـەر نیگەرانیـدا هەتـا بە تەرازووی 1%یـش قـایلکەرە! ئێـوەش لە کاتی سەرکەوتندا دەبێ قایل بن. ئێستا باش سـەرنج بدەن: دەمەوێ داسـتانی پیاوێکتـان بۆ بڵێم کە بە درێژایـی سـاڵ لە هەوڵدانـدا بـوو، بەڵام سەرکەوتوو نەدەبوو هەتا 1/2ـی نیگەرانییەکانی لەناو ببات لە کاتێکـدا ئەم کەسـە 70%ـی کاتەکـانی لە کـۆڕی لێکـۆڵینەوە و ڕاوێژکاریدا بەسەر دەبرد.

ئەم باسـە سـەبارەت بە کەسـێکی وەهمـی وەکـو "جـونز" نیـیە کە لەوانەیە لە شاری "ئاوهـایو" نیشتەجێ بێت و هەتا بە شیرین بوونی داستانیش ئێوە لە هەستپێکردنیدا سەرکەوتوو نابن و لە کۆتاییدا بە قارەمـانێکی نەناسـراو دەمێنێتەوە و ئاشـکرا نیـیە چ کـارێکی گرنگـی ئەنجام دابێ.

ئەم داستانە پەیوەنـدی بە "لئـون شـیمکن" بەڕێوەبەری کۆمپانیـای بەناوبانگی چاپەمەنی "سیمون وشوستر"ەوە هەیە لە نیویۆرک، کە لە زمـانی خـۆیەوە بۆتـان دەگێڕمەوە. (مـاوەی 15 سـاڵ 70%ـی کـاتی کـاری مـن لە دانیشـتنەکان و کۆنفرانسـەکاندا بەسـەر دەچـوو کە مەبەست لە بەستن و تەشکیلدانی ئەوە بوو کە بڕیار بدەین فڵانە کار بکەیـن و فیسـار کـار نەکەیـن. وەک پیشـەی هەمیشـەیی بەهـۆی ناڕەحەتی دەروونییەوە لەسەر کورسی خۆمم پێچ دەدا یا بە بێهۆشـی لەم سـەری ژوور بۆ ئەو سـەری ژوور هەنگاوم دەنا و وەک دێوانە بە دەوری خۆمـدا دەخـولامەوە و لە کۆتاییدا شـەو بە ماندوویی ملـی ڕێگەی ماڵەوەم دەگرت. 15ساڵم بەم شێوەیە تێپەڕاندبوو تا حەدێک

دڵنیا بووبووم ئەو ساڵانەی کە لە تەمەنم ماوەتەوە دەبێت هەر بەم شێوەیە بەسەری بەرم. ئەگەر لەو کاتەدا کەسێک دەبوو کە پێم بڵێت: دەتوانم 3/4ی ئەو کاتانەت بۆ بگێڕمەوە کە لە کۆڕ و دانیشتنەکاندا بەفیڕۆت دەدا یا دەتوانم 3/4ی ئەو نارەحەتی و ماندووبوونە دەروونیانە لە ناو ببەم. بە دڵنیاییەوە ئەو کەسە بە کەسێکی خۆشباوەڕ و گەشبین دەهاتە پێش چاوم. بەڵام ئێستا هەشت ساڵ لە زەمانێک تێدەپەڕێت کە خۆم ڕێگەیەکی چارەسازی ژێرانەم دۆزیوەتەوە -ڕێگە چارەیەک، کە مەبەستەکانم دەستەبەر دەکات. بە سوودوەرگرتن لەم ڕەوشە سەرکەوتنی کاری من دابین کراوە و سەلامەتی و خۆشحاڵیم لەگەڵ ڕابردوودا شایانی بەراووردکردن نییە. ڕێگە داهێنەرەکەی من هەر لە ئەفسانە و جادوو دەچێت وەک هەموو ئەفسانەکانی جادووگەرێک، چونکە کاتێ پەی بە ڕاستییەکان دەبات زۆر ئاسانە.

یەکەمین هەنگاوێک کە نام، گۆڕینی دانیشتنەکان و کۆنفرانسەکان بوو کە ماوەی 15 ساڵ خووم پێوە گرتبوو، هیچ کات ئەنجامێکی نەبوو. هەتا بۆ تەنها جارێکیش ئەو کۆنفراس و دانیشتنانە بە ئەنجام نەگەیشتبوو. بە نووسەران و هاوکارانم وت: هەر کەسێک دەیەوێت سەبارەت بە گرفت و مەسەلەی دژوار ڕاوێژم پێ بکات دەبێ پێشتر لەسەر پارچە کاغەزێک بە وردی وەڵامی ئەم چوار پرسیارەی من بداتەوە.

پرسیاری یەکەم: گرفت و مەسەلەی ڕەنجکێشی تۆ چییە؟

لە ڕوونکردنەوەی ئەم پرسیارەدا دەبێ بڵێم پێش ئەو ڕۆژە هەمیشەییانەی کە کاتێ ئێمە لە کۆنفرانسەکاندا بەفیڕۆ دەچوو دەبێ بزانین گرفت چییە و سەبارەت بە چ بابەتێک دەبێ ڕاوێژ بکەین. پرسیاری دووەم: هۆی گرفت و مەسەلەی ڕەنجکێش چییە و چ بەڵگەیەکت هەیە بۆی؟

ئێستا دەکەومە بیری ڕابردوو، بەداخەم کە بۆچی لەو دانیشتنانەدا نەدەچوومە بنجوبناوانی کێشەکان و هۆکارە کاریگەرەکانیم نەدەزانی، چونکە هیچ شتێک بەبێ هۆ نییە.

پرسیاری سێیەم: بە بۆچوونی خۆتان ڕێگەچارەی گونجاوی ئەم کێشەیە چییە؟

لە ڕابردوودا کەسێک پێشنیاری دەکرد و باقی کەسەکان تەواوی کاتی خۆیان سەرفی لێکۆڵینەوە و بەرابەرکێی ئەو پێشنیارە دەکرد و کاتێک کە کات تەواو دەبوو تەنها وشەیەک بۆ چارەسەری کێشە تۆمار نەکرابوو. پرسیاری چوارەم: لە نێوان ئەو ڕێگەچارانەی کە لە بەردەستدان کامیان هەڵدەبژێری و بە شایستەی کارپێکردنی دەزانیت؟

لە ڕابردوودا چەند جارێک تووشی کەسانێک هاتووین کە گرفت خەو و خۆراکی لێ حەرام کردبوون، بەڵام هەرگیز هەنگاویان بۆ ڕێگەچارەی گونجاو نەدەنا، بە دڵنیاییەوە سەرکەوتوو نەدەبوون ڕێگەچارەیەکی گونجاو هەڵبژێرن.

دوای ئەوە کەم کەم کەسانێک بۆ چارەسەری گرفتەکانیان دەهاتنە لام، دەزانی بۆچی؟ چونکە بۆ وەڵامدانەوەی چوار پرسیارەکەی من دەبوایە زۆر بە وردی مەشاکیلەکانیان لێک بدەنەوە و پەیی بە ڕاستییەکان ببەن، کاتێ دەگەشتنە ئەو قۆناغەی کە گرفتەکانیان خۆی بۆ خۆی چارەسەر دەبێ ئیدی پێویستیان بە من نەدەبوو. لە لایەکی تریشەوە ئەوانەی کە پەیوەندیان پێوە کردبووم لەگەڵ وەڵامی چوار پرسیارەکەدا ڕووبەڕووی من دەبوونەوە بەهۆی ڕوونبوونی کێشە و بوونی ڕێگەچارەی گونجاو. ڕووبەڕووبوونەوە لەگەڵ کێشەکاندا بە شێوەیەکی گشتی1/3ی کاتی ڕابردوو سەرفی ئەوانە دەبوو).

"لئـــون شـــيميكن" مـــافی خـــۆيەتی، چـــونکە لە دوای ئەوە لە بەڕێوەبەرايەتی "سيمون و شوستر" کاتی کارمەندان و لێپرسراوان لە ڕێگەی نيگەرانـی بێهـۆوە بەفيـڕۆ نەدەچـوو، ئەنجـامی کارەکـان زۆر ڕازی بەخشە. دۆستێکی تری من بە نـاوی "فرانک بيتجر"، کە ئەميش يەکێکە لە بەرپرسـانی کۆمپانيـايەکی گرنگی بيمەی ئەمريکـايی، بـۆی گێڕامەوە کە چـۆن توانيـويەتی بە ڕەوشـێکی تـايبەتی خـۆی ڕێـگەی نيگەرانـــی بگرێـــت و بەهـــۆی فەراغەوە داهـــاتەکەی دووبەرامـــبەر بـووەتەوە. ئێسـتا گـوێ بـۆ وتەکـانی "فرانـک بيتجـر" ڕادەگـرين تـا لە ڕازی سـەرکەوتنی سـوودمەند ببـين: (... تـازە دەسـتم بە فرۆشـتنی بيمەنـامە کردبـوو، بە جـددی و پاڵپشـتێکی بـێ وێـنەوە بە دەم کارەکەمەوە دەچووم، زۆر بە کارەکەمەوە پابەند بووم، بەڵام هەر لە قۆناغـەکـانی سـەرەتادا چەنـد ڕووداوێـک بـوون بە هـۆی گـۆڕينی بيروبۆچوونەکـانم و لە بەردەوامبـوونم لەسـەر ئەم پيشـەيە نائومێـد بـووم و وا هەسـتم دەکرد کارەکە کارێکی بێزراوە .نيازم هەبـوو بە شێوەيەکی سەرکەوتوو هەقی ڕابرووەکان بکەمەوە و زاڵ بـم بەسـەر هەستمدا کە چيدی نەگەڕێمەوە سەر ئەم کارە لە ڕاستيدا گەر نەتوانم کێشـە و گرفتەکـانم چارەسـەر بـکەم دەسـت لەم کـارە هەڵـدەگرم. ڕۆژێک بە ئەنقەست لە پشت مێزەکەمەوە دانيشتبووم، هەوڵم دا بچمە بنجوبنـاوانی نيگەرانيـيەوە و سـەرچاوەی نيگەرانيەکـانم بـدۆزمەوە و بنەبڕی بکەم. سەرەتا لە خۆمم پرسی: (پياو، گرفت و کێشـەت چيـيە؟) وەڵامـــی خـــۆمم دايەوە: (هۆکـــاری کـــاريگەری نـــاڕەحەتی مـــن ماندووبوونێکی زۆر و قازانج و دەسـتکەوتێکی کەمە. کاتی تێکۆشـانم لەم پێنـاوەدا زۆر زيـاترە لەو سـوودەی کە دەسـتم دەکەوێـت، تـازە کۆتايی بە کارکردنم دێنم، بەڵێنی داهاتوو بە کڕيارەکانم دەدەم).

دوای کەشـــفکردن و دەرخســـتنی کێشـــە و گـــرفتەکەم بە دوای ڕێگەچارەيەکـدا دەگەڕام. جـگە لە لێکـۆڵينەوە و تـوێژينەوە ڕێگەيەکـی ترم نەبوو. کاتێ کە کارەکانی يەک ساڵەم خستە ژێر چاودێرييەوە بە

دەرخستەیەکی گرنگ بۆ خۆم سەرکەوتنم بەدەست هێنا. لە کۆتاییدا تێگەشتم کە 70%ی فرۆشی بیمەنامەکان لە چاوپێکەوتنی یەکەمدایە و 23%ـــــی لە چـــاوپێکەوتنی دووەم و 7%کەی تریشــــی تـــا چاوپێکەوتنی سێیەم و چوارەم درێژ دەبێتەوە و کاتێکی زۆر لە من دەگرێت. بە شێوەیەکی ئاسایی ئەم 7%ـە منی ئازار داوە و بووەتە هـۆی دەردەســەری و بێـزاری بـۆم. بە شـێوەیەکی ئاشـکراتر نیـوەی کاتی ڕۆژانەی من سەرفی کار بووبوو کە تەنها 7%ـی داهات و دە رامەتی منی دابین دەکرد.

ئێسـتا کە هۆکـاری بنەڕەتـی نیگەرانییـەکەم بە هـۆی لێکـۆڵینەوەی تەواوەوە دەسـت کەوتـووە و زانیـاری تەواوم لە بـارەیەوە هەیە بە خۆمم وت: کێشـە و گرفتەکەت زانی، دەبێ چی لێ بکەیت؟ وەڵامی خـۆمم دایەوە: (تەنهـا بڕیارێـک کـارەکە یەکلایـی دەکـاتەوە! هەر لە ئێســـتاوە بڕیـــار دەدەم دوای چـــاوپێکەوتنی دووەم ئیـــدی هەرگیـــز کەسێک بۆ بیمە وەرنەگرم! چاوپێکەوتنی یەکەم و دووەم بەسە. ئەو کاتەی کە سـەرفی چاوپێکەوتنی سێیەم و چوارەم و هەتا زیاتریشـم دەکرد لەدوای ئەوە سەرفی بەدەستهێنانی مشتەری تازەم دەکرد).

کـارپێکردنی ئەم بڕیـارە دەسـتکەوتێکی بـێ وێـنەی هەبـوو. نـازانی ئەنجـام چەنـدە بەرز و بـاوەڕنەکراو بـوو. لەو مـاوەیەدا بە لایەنـی کەمەوە داهاتم لە دووبەرابەر زیاتر بووبوو.

* فرانــک بیتجــز* دەناســم، ئەو ئەمــڕۆ یەکـێکە لە بەناوبــانگترین فرۆشـیارەکانی وەرەقەی بـیمە لە ئەمەریکـا. سـاڵانە چەنـدەها ملیـۆن دۆلار وەرەقەی بـــیمە بە واژوی ئەو دەردەچێـــت -ئەم هەمـــان ئەو کەسـەیە کە چەنـد سـاڵێک لەمەوپـێش دەیویسـت دەسـت لەم کـارە هەڵگرێت! سـەرنەکەوتن مانـدووی کردبـوو، بەڵام ئەو تـوانی بەهـۆی شیکارکردن و تەحلیلەوە نیگەرانییەکـان بناسـێت و ڕێـگەی زاڵبـوون بەسـەریاندا بـدۆزێتەوە و لە مـاوەیەکی کورتـدا ڕێـگەی سـەرکەوتن

بگریتەبەر و سەرکەوتوویێت .ئەو ئەمرۆ بە باشی فێر بووە کە بە هیچ شێوەیەک بە نارەحەتی و نیگەرانی بوار نەدات. باشترە ئێوەیش سەبارەت بە کێشەکانتان ئەم پرسیارانە لە خۆتان بکەن .هەڵبەتە دیسانەوە پروپاگەندەی خۆم دووبارە دەکەمەوە و دەڵێم: لەم ڕێگەیەوە 50%ی نیگەرانییەکانتان لادەچێت. ئێستا تۆ دەزانیت و ئەم چوار پرسیارە سوودمەندە بە ڕاشکاوی بۆ ئێوەی دەنووسم:

1. گرفت و مەسەلەی ڕەنجکێشی تۆ چییە؟

2. هۆی مەشاکیل و مەسەلەی ڕەنجکێش چییە و چ بەڵگەیەکت هەیە بۆی؟

3. بە بۆچوونی خۆتان ڕێگەچارەی گونجاوی ئەم کێشەیە چییە؟

4. لەنێوان ئەو ڕێگەچارانەی کە لە بەردەستدان کامیان هەڵدەبژێری و بە شایستەی کارپێکردنی دەزانیت؟

کورتەی ئەنجامی بەدەستهاتوو لە داواکارییەکانی بەشی دووەم

فەرمانی یەکەم:

حەقیقەتی نیگەرانی و کێشە و گرفتی خۆت بدۆزەرەوە و لە بیرتدا بێت "هاکز" ج وەسیەتێکی دەکرد. ئەو دەیوت: زیاتر لە نیوەی نیگەرانییەکانی دنیا کەسانێک دەچنە ژێر بارییەوە و تەحەمولی دەکەن، کە هەوڵ دەدەن پێش لە ناسینی ئاستەنگ و گرفت و بەدەستهێنانی زانیارییەکی پێویست لەو بارەیەوە بڕیار بدەن و پراکتیزەی بکەن.

فەرمانی دووەم:

لە دوای توێژینەوە و لێکۆڵینەوە و بەدواداچوونی بابەتە سەرەکی و ئەساسییەکان و گەیشتن بە حەقیقەتەکانی کێشە و گرفتەکان، بڕیار بدەن! ئێستا نۆبەتی بڕیاردانە، هەڵەشەیی مەکە.

فەرمانی سێیەم:

ئێستا کە بڕیاری خۆتت داوە و حەتمەن وردەکارییەکی تەواوت تێدا کردووە جێبەجێکردنی پشتگوێ مەخە. نیگەرانی و پەرێشانی داهاتوو لە ئەنجامی بڕیاردان و جێبەجێکردنی لە خۆت دوور بخەرەوە -سەرکەوتوو بیت.

فەرمانی چوارەم:

هەروەک چۆن لەگەڵ دەوروبەرتاندا سەبارەت بەو کێشە و نیگەرانیانەی کە هەتانە گفتوگۆ دەکەیت و تێدەگەیت گیرۆدەیی، ڕاڕایی و دوودڵییە بە زووترین کات ئەم پرسیارانەی ڕووبەڕوو بکەرەوە:

1. گرفت و مەسەلەی ڕەنجکێشی تۆ چییە؟

2. هـۆی مەشـاکیل و مەسـەلەی ڕەنجکێش چییە و چ بەڵگەیەکت هەیە بۆی؟

3. بە بۆچوونی خۆتان ڕێگەچارەی گونجاوی ئەم کێشەیە چییە؟

4. لە نێـوان ئەو ڕێگەچـارانەی کە لە بەردەسـتتدان کامیـان هەڵدەبژێری و بە شایستەی کارپێکردنی دەزانیت؟

نۆ ڕێسای سوودمەند

1. بە لایەنــی کەمەوە بــۆ ســـوودوەرگرتن لە داواکارییەکـانی ئەم کتێبە بوونی مەرجێک پێویستە و شایەنی چاوپۆشیلێکردن نییە.

بـوونی ئەم مەرجە ئەوەنـدە گرنگە کە دەتـوانرێ لە سـەرو تەواوی ڕێسـا و ڕەوشـەکانەوە دابنرێـت، بەبـێ بـوونی ئەم مەرجە، بنەڕەتـی پاراستنی هەزاران دەستوور و چەنـدەها جـار خوێنـدنەوەی ئەم کتێبە ئەنجامێکت دەست ناکەوێت.

بــۆ ناســینی ئەم مەرجە کە (بەهــرەی خواپێـداوییە) ئـێمە تەنهـا ڕێنمونیتان دەکەین و ئەم هەموو جەختکردنەوەیە بۆ ئەوەیە کە تۆ بە باشـی هەسـت بەم بەهــرەیە بکەیـت. ئەوەش بە ڕاشـکاوانە بڵـێم بە بــوونی ئەم مەرجە بە ســـوودوەرگرتن لە ڕێنماییەکـانی ئەم کتێـبە دەتوانیــت مــوعجیزە نیشــان بــدەیت. ســەرنج بــدەنە ئەم مەرجە بنەڕەتییە:

ئارەزوو ڕەغبەتی تەواو بۆ فێربوون، ئیرادەیەکی بەهێزە بۆ ڕێگری نیگەرانی، تامەزرۆیی دەستپێکردنی ژیانێکی تـازەیە .بۆ بەدەسـتهێنانی ڕەغبەتێکـی ئـاوا دەبـێ چـی بکرێـت؟ دەبێـت هەمیشـە بە گـرنگییەوە بڕوانیتە بنەما و خاڵە پێویسـتییەکانی ژیـان و خـۆت بەئاگا بهێنیت کە ئارامی و خۆشبەختی و تەندروستی و هەتا ئیرادەی بڕیاردانی مـن لە ژیانــدا پەیوەنـدی بە جێبەجێکردنــی حەقایقەتــەکـانەوە هەیە کە لەم کتێبەدا ئاماژەیان پێ کراوە.

2. لە ســـەرەتادا هەر بەشـــێک بە خێرایـــی بخـــوێنەرەوە تـــا بیروبۆچـوونی لێوە وەربگرێـت .کـاتێ دەگەیـتە کۆتـایی بەش دەتەوێ بچیتە ناو بەشێکی ترەوە، بەڵام ڕێگری لە خۆت بکە. بگەڕێرەوە بۆ ســـەرەتای بەشـــەکە و ئەمجـــارە زۆر بە وردی داواکارییەکـــانی

بخوێنەرەوە. هەڵبەتە ئەگەر جگە لە سەرگەرمی مەبەستێکی ترت لە خوێندنەوەی ئەم کتێبەدا نییە و ناتەوێ بەسەر نیگەرانی و گیروگرفتەکانتدا زاڵ بیت ئەوا لە خوێندنەوەیدا سەرپشک بە.

3. لە کاتی خوێندنەوەیدا تا چەند بۆت دەکرێ خوێندنەوەکەت ببڕە و بیر لەو داواکاریانە بکەرەوە کە خوێندووتەتەوە .لە خۆتان بپرسن چۆن و چ کاتێ ئامۆژگارییەکانی ئەم کتێبە پەیوەست بکەین بە کارەکانمانەوە.

4. لە کاتی خوێندنەوەی ئەم کتێبەدا بە سوودوەرگرتن لە پێنووسێکی سوور خەت بەژێر داواکارییە گرنگەکانیدا بێنە و یاسای کاری بەسوود دیاری بکە. کاتێ کە گەیشتیتە خاڵێکی گرنگ و بڕیاری جێبەجێکردنیت دا سەرەڕای خەتبەژێرداکێشان لە پێش و پاشیدا هێمای (×) دابنێ. ئەم جۆرە هێمایانە لە خوێندنەوەی دووەمدا کارت ئاسانتر دەکات.

5. بە دووبارەکردنەوەی داواکارییەکان هەوڵ بدە لە بیریان نەکەیت، ئەو داواکاریانەی کە مەبەستتە ئەوەندە دووبارەیان بکەرەوە کە هیچ قۆناغێکی دووبارەوەبوو لە ڕوانگەی وشەوە لەگەڵ قۆناغی پاش و پێشدا لێکچوونی نەبێت. بۆ سوودوەرگرتنی تەواو لەم کتێبە وا نەزانی کە یەکجار خوێندنەوە بەسە، هەوڵ بدە هەر چەند هەفتە جارێک بەسەریدا بچیتەوە و ئەوانەی کە فێری بووی دووبارەیان بکەیتەوە.

6. ئەگەر دەتەوێ ڕێسا و دەستوورەکانی ئەم کتێبە لە ناختدا بمێنێتەوە ئەوا لە بیریان مەکە و هەوڵ بدە لە شوێنی پێویستدا کاریان پێ بکەیت.

7. بەڵێن لە دۆستان و دەوروبەر و هەتا هاوسەرەکەت وەربگرە کە ئاگایان لە ڕەفتاری تۆ بێت و هەر کاتێ ویستت سەرپێچی یەکێک لە

دەستوورەکانی کتێبەکە بکەیت دەستبەجێ ئاگادارت بکەنەوە لەو هەڵەیە و سەرنجت ڕاکێشن بۆ داواکارییەکانی ناو کتێبەکە.

8. بچۆ بۆ بەندی بیست و دووەم و هەڵەکانت بە ئەزموونی ئەو کەسانەی کە باسکراوە لەو بەندەدا قەرەبوو بکەرەوە.

9. با دەفتەرێکی یادداشتی ڕۆژانەت پێ بێت و ئەو سەرکەوتنانەی تیادا تۆمار بکە، کە بەهۆی پراکتیزەکرنی ڕێساکانی ئەم کتێبە دەبێتە نسیبتان لەگەڵ بەرواری سەرکەوتنەکاندا.

کورتکردنەوە و چاوخشاندن بەسەر مەرجەکاندا

1. ویست و ئارەزوو بۆ فێربوون و خستنەگەڕی دەستوورەکانی ئەم کتێبە دەبێتە هۆی لابردنی پەرێشانی و نیگەرانی.

2. هەموو بەندێک دووجار بخوێنەرەوە و دوای پێداچوونەوەی تەواو ئەنجا بەندی دوای ئەو بخوێنەرەوە.

3. لە کاتی خوێندنەوەدا لە خۆت بپرسە کە چۆن دەتوانم یاسا و ڕێساکان پیادە بکەم.

4. لەژێر داواکاری گرنگ و پێویستدا بۆ خۆت خەت بکێشە.

5. مانگی جارێک بەم کتێبەدا بچۆرەوە.

6. لە کات و شوێنی دیاریکراودا بە بنەماکانی کتێبەکە کار بکە و لە چارەسەرکرنی کێشەکانتدا بەکاریان بێنە.

7. داوا لە دۆستەکانت بکە لە کاتی سەرپێچیکردنی فەرمانێکدا ئاگادارت بکەنەوە.

8. پێشرەوییەکانت یاداشت بکە و هەڵەکانت دوای تۆمارکردن پەراوێز بخە.

9. لە دەفتەرێکی یادداشتی ڕۆژانەدا چۆنیەتی و زەمانی پراکتیزەکردنی فەرمانەکان تۆمار بکە.

بەندی شەشەم

چۆن نیگەرانی لە خۆمان دوور بخەینەوە؟

هەرگیــز ئەو شــەوەی کە یەکــێ لە خوێنکارەکــانم لە قوتابخــانەی شــەواندا بــابەتی نیگەرانــی و دوو جــار ســەرکەوتنی بەســەریدا بــۆ دۆستەکانی باس دەکرد لە بیر ناکەم.

چەند ساڵێک بوو کە ئەم خوێندکارەی من لەبەر ویستی خۆی ناوی نابەم-بۆ ئێمەی باس کرد کە دوو جار گیرۆدەی ڕووداوی نـاهەموار بووە. یەکەمین ڕووداوی ناهەموار کە بۆی هاتبووە پێش مردنی کچە پێنج سـاڵەکەی بـوو، کە بێـوێنە خۆشـی دەویسـت. دوو مانـگ دوای مردنی ئەم کچە، کە بۆ بـاوکی تەحەمـولکردنی خەمەکەی زۆر قورس و گران بوو کچێکی تری هاتەدنیاوە و پێی نـایە مەیدانی ژیانەوە، کە ئەویـش لە یەکەم ڕۆژی لەدایکبوونیـدا مـرد و خەمێکــی تــری بــۆ خەمەکانی بـاوکی زیـاد کرد. بە وتەی خۆی: ئەم دوو کارەسـاتە زۆر لە سەروو تەحەمول و ئـارامگرتنی منەوە بوو! خەو و ئـارامم نەبـوو، خواردن لە گەرووم نەدەچووە خوارەوە. ئەوەندە عەسـابم شـێوا بـوو، کە بـاوەڕبەخۆبوونم لەدەسـت دابـوو، بە ناچـاری سـەردانی پزیشـکم کرد.

پزیشــکی یەکەم حەبــی خەوی بــۆ نووســیم و پزیشــکی دووەم فەرمانی پێ کردم کە بۆ گەشتێکی تەفریحی بچم. فەرمـانی هەردوو پزیشـکەکەم بەجـێ هێنـا، بەڵام بـێ سـوود بـوو و هـیچ ئەنجامێکیـان نەبــوو. وەک ئەوە وا بــوو کە تەواوی بــوونم لە لابەلای گرێیەکــی ئاسـنیندا بێـت و سـات بە سـات لابەلاکـان نزیـک ببـنەوە و فشـارێکی

زۆرم بۆ بهێنن. تۆ ئەگەر لە ژیاندا دووچاری ناڕەحەتی دەروونی و بێزراوی نەبوویت ناتوانیت هەست بە حاڵی من بکەیت لەو ڕۆژانەدا. تەنها لە کاتێکدا کە خۆتان حاڵەتێکی هاوشێوەی ئەو حاڵەی منتان تاقی کردبێتەوە دەتوانن تێبگەن کە من دەڵێم چی).

ئەم دۆستەی ئێمە لە کۆتاییدا خۆی بڕیاری تیمارکردنی خۆی دا. ڕێگەی ڕووبەڕووبوونەوەی لەگەڵ خەمۆکی و نیگەرانیدا بەم شێوەیە بۆ ئێمە باسکرد:

(... سوپاس بۆ خوا کە کوڕێکی چوار ساڵەم بۆ مابووەوە. هەر ئەو کوڕە بوو کە کێشەکەی منی چارەسەر کرد. ڕۆژێکی دەمەو عەسر کە لە ڕاستیدا لە دەریای خەم و خەفەتدا دەخولامەوە کوڕە چوار ساڵانەکەم هاتە لام و وتی: " باوکە گیان! ناتەوێ بەلەمێکی داری بچووکم بۆ دروست بکەی؟" ڕاستت بوێت لەو کاتەدا تاقەت و حەوسەڵەی هیچ کارێکم نەبوو، بەڵام کوڕەکەم بە بێشەرمی منداڵانە وازی لێ نەهێنام. ئەوەندە سەرسەختی نواند کە بۆ ڕزگاربوون لە دەستی تەسلیم بووم. دروستکردنی بەلەمێکی تەختە بۆ منداڵە لەجبازەکەم نزیکەی سێ کاتژمێری خایاند .دوای کۆتاییهێنان بە کارەکە تێگەیشتم کە لەم ماوەیەدا بیرم لە خەم و ناڕەحەتی خۆم نەکردووەتەوە! بە شێوەیەکی باشتر لە چەند مانگی کۆتاییدا تەنها چە ند کاتژمێرێک کە ئاسوودە بووم ئەو سێ کاتژمێرە بوو.

ئەم دۆزینەوەیە تا ئەندازەیەکی زۆر لە خەم و نیگەرانییەکانی منی ڕەواندەوە و دوای چەند مانگێک تێگەیشتم کە دەتوانم بە وردی بیر بکەمەوە. دەرئەنجامی تازەی من ئەمە بوو کە کاتێ مرۆڤ مەبەستی ئەنجامدانی کارێکی هەیە دەبێ بۆ بەئەنجامگەیاندنی نەخشە بکێشێت و هەستەکانی کۆ بکاتەوە و نیگەرانییەکان لە کارەکەی دوور بخاتەوە .کاتژمێرێک بە دروستکردنی بەلەم و جوانکردنی تێپەڕی

نیگەرانی لە مێشکم دوور کەوتەوە و مۆڵەتی دا بۆ چەند کاتژمێرێک سەرگەرمی کارێکی تر بم).

دۆستەکەی ئێمە بە هەر شێوەیەک بڕیار دەدات لەم ڕێگەیەوە لەگەڵ نارەحەتی و نیگەرانی خۆیدا بەرامبەرکێ بکات .بە ڕێگەی ڕووبەڕووبوونەوەکەی سەرنج بدەن کە زۆر سەرنج ڕاکێشە: (... شەوی دوایی پێنووس و پەڕاوم هەڵگرت و لە ژوورەکانی ماڵەوەدا دەستم کرد بە تۆمارکردنی ئەو پێداویستیانەی کە پێویستیان بە نوێکردنەوە هەیە. تۆمارکردنیان نزیکەی دوو هەفتەی خایاند و ژمارەی ئەو پێویستیانەی کە پێویستیان بە نوێکردنەوە هەبوو گەشتە 242 دانە .لەو بەروارەوە نزیکەی دوو ساڵ تێپەڕیوە و خۆم تەواوی ئەوانەم نوێکردووەتەوە! هەڵبەتە ئەم کارانە ڕۆژانە ئەنجامیان دەدەم و شەوانە کاری درەوشاوەترم گرتووەتەبەر. هەفتەی دوو شەو دەچمە پۆلەکانی شەوانەی نیویۆرک، باقی کاتەکان لە ڕێنموونیکردن و مەراسیمی کۆکردنەوەی یارمەتی کە لە لایەن خاچی سورەوە "هیلال احمر" تەرتیب دەکرێن بەشداری دەکەم. بەم شێوەیە ئەوەندە سەرقاڵیم بۆ خۆم دروست کردووە کە هەلێکم بۆ نیگەرانبوون نییە...)

هەلێک بۆ نیگەرانبوون، دۆستەکەمان بە ڕاشکاوی وتی: (هەلێکم بۆ نیگەران بوون نییە)، "وینستون چرچیل" یەکەم وەزیری خاوەنی بەریتانیا، کە بە دانپێدانانی خاوەن بیرورایانی مێژوونووسان، بەریتانیا هەرگیز پیاوێکی سیاسی وەک ئەوی بە خۆوە نەدیبوو، ئەویش ئەمەی وت. چرچیل لە سامناکترین ڕۆژەکانی جەنگی جیهانیدا لە شەو و ڕۆژێکدا 18 کاتژمێر کاری دەکرد. هەر کاتێ پرسیاریان ئاراستە بکردایە بۆ ئەم بەرپرسیارێتیە گەورەیە کە گرتوویەتیە ئەستۆ نیگەران نابێ؟ لە وەڵامدا دەیوت: بە ئەندازەیەک گیرۆدە و سەرگەرمی کارم کە هەلێکم بۆ نیگەرانی و پەشێوی نییە! " کیترنیک" داهێنەری "ئاستارت"ی ئوتومبێل لە کاتێکدا کە دەرگیر و سەرگەرمی دروستکردنی ئەم دەزگایە بوو حاڵێکی هاوشێوەی حاڵی چرچیلی

هەبــوو .كيترنيــك پــێش ئەوەی واز لە كــارەكەی بێنێــت دەرگيــری داهێنانی "استارت" بوو.

جێگـری تەواوی كۆمپانياكـانی مـاتۆڕ بـوو و بەشــی لێكـۆڵينەوە و تـاقيكردنەوەی ئەم كۆمپانيـا گەورەيە لەژێـر چـاودێری ئەودا بەڕێـوە دەچــوو. ئەو دوای وازهێنــانی لەم پۆســتە و ســەرگەرمبوونی بە داهێنــانی ئاســتارت بە ئەنــدازەيەک لە تەنگـانەی ماديـدا بـوو كە بە ناچاری ئەمبارێكی شوێنی پووشوپەڵاشی بۆ تاقيكردنەوەكانی خۆی ئيجار كرد و خەرجی خۆی و خێزانەكەی لە ڕێگەی دەرسـوتنەوەی پيـانۆوە بەدەسـت دەهێنـا، دوای ئەوەش لە كۆمپانيـای بـيمە $500 سولفەی وەردەگرت.

خانمی كيترنيک لە لای من دانی پێدا نـا كە (زۆر مشەوەشـم! خەو و خۆراكم نييە، بە پێچەوانەی مێردەكەمەوە بە ئەندازەيەک سـەرگەرمی كاركردنە، كە نازانێت نيگەرانی چييە! ئەو فريای نيگەرانی ناكەوێت.)

"پاسـتور" دانـای نـاودار، ئـارامی لە مـوختەبەر و كتێبخـانەدا بەدی دەكــرد، كە بيــروڕای لەم بــارەيەوە ڕاســت بــوو. لە مــوختەبەر و كتێبخـانەدا، مـرۆڤ بە شـێوەيەكی وا نـوقمی خوێنـدنەوە و كـاركردن دەبێ كە نيگەرانی بواری ئامادەبوونی نييە. لەوانەيە بەم هۆيەوە بێت كە لێكۆڵـەرەوان و تـاقيكەرەوان زۆر بە كەمـی گيـرۆدەی هەڵچـوونی ڕۆحـی و دەروونـی دەبن. لەوانەيە بـابەتی سـەرگەرمی بە كـارەوە بۆ تۆ بـابەتێكی سـادە بێت، نەتوانيت قايـل بيت بەوەی كە دەبێتە هـۆی لابردنــی ڕاڕايــی و دڵواپســی، بەڵام قايـل بــە بەوەی كە ئەم بــابەتە ياسـايەكی بنەڕەتـی دەروونناسـييە. سـاڵانێكی زۆرە كە دەروونناسـان دانيـان بە جێگيـری ئەم بـابەتەدا نـاوە لە ڕوونكـردنەوەی چۆنيەتيـدا لێكۆڵينەوە دەكەن. لەبەر ڕۆشـنايی ئەو ياسـايەدا دەروونناسـانی تـاک بە هەر نمـرەيەک لە توانــای فكـری لە يەک ســاتدا نــاتوانن بيريــان

سەرقاڵی دوو شت بکەن. خۆتان دەتوانن ئەم ڕێسا سادەیە تاقی بکەنەوە.

وای دابنێ لەسەر کورسییەک ڕاکشاوی. چاوانت ببەستە و بیر لە پەیکەری ئازادی ئەمەریکا بکەرەوە، لە هەمان کاتدا بۆ ئیش و کاری سبەینێی خۆت نەخشەیەک دارێژە. ئایا هەوڵدانی تۆ بۆ بەئەنجامگەیاندنی هاوکاتی ئەم دوو ڕێسایە دەگاتە ئەنجام؟ بەڵگەنەویستە! هەرچەند هەوڵ بدەیت و فشار بۆ خۆت بێنیت ناتوانیت لە هەمان کاتدا دەربارەی ئەم دوو بابەتە بیر بکەیتەوە، خۆتان ماندوو مەکەن! هەوڵدان بێسوودە. ئێوە دەتوانن لە هەر کاتێکدا بیر لە یەک بابەت بکەنەوە و سەرکەتوو بن .مێشکی مرۆڤ لە یەک ساتدا زیاتر لە یەک جۆر هەست قبووڵ ناکات و هاتنە ناوەوەی هەستی زیادە دەبێتە هۆی تۆراندنی هەستەکانی دڵ. لەبەر ڕۆشنایی ئەم ئەنجامەدا ئاسایی بوو کە پزیشکانی دەروونناسی جەیش لە کاتی جەنگدا کارانێکی ئەوتۆیان بەئەنجامگەیاندووە کە وەک موعجیزە وا بوون. ئەوانە بە کۆتاییهاتنی جەنگ کۆمەڵێکی زۆر لە سەربازان گرفتاری نەخۆشی "پسیکو نوریتیک" یا "نەخۆشی ڕۆحی و دەروونی" بووبوون، کە بۆ وڵاتەکەیانیان هێنایەوە. بۆ چارەی ئەوانە دەبوایە کارێک بکرایە. ئەم دەروونناسانە دوای لێکۆڵینەوەیەکی فراوان بەم ئەنجامە گەیشتن کە دەرمانی ئەم سەربازانە تەنها بە یارمەتی دەرمانێک دەبێت: سەرگەرمی و مەشغوڵی بە کارەوە! بەرنامەی ئەم پیاوانە کە دەروونیان شێوا بوو، بە شێوەیەک تەرتیب بوو کە خولەکێک لە کاتی ئەوانە بەبێ چالاکی بە تایبەتی کارکردن لە دەرەوەی شار و سەرگەرمی بەهۆی ماسیگرتن، ڕاو، گۆڵف، وێنەگرتن، باخەوانی و... تێنەدەپەڕی. بوار بەوانە نەدەدرا کە بیر لە یادگاری ترسناک و وەحشەتناکی زەمانی جەنگ بکەنەوە.

سـوودوەرگرتن لە کـار، بە ناونیشـانی ڕێگەچـارە کە ئەمـڕۆ دەروونناسـان جەختێکی زۆریـان لەسـەر کردۆتەوە و بابەتێکی تـازە نییە. پێنج سـەد سـاڵ پێش لەدایکبوونی مەسیح پزیشکانی یۆنـانی سـوودیان لەم دەرمـانە وەردەگـرت. گومـان نـاکەم تـۆ بتوانیـت دەروونناسێک بدۆزیتەوە کە بیرکردنەوەیەکی جگە لەمە هەبێت کە مەشغوڵی بە کارکردن یەکێکە لە باشترین دەرمانەکانی ئارامبەخش کە تا ئێستا بۆ نەخۆشانی دەروونی ناسراوە. ' هنری لانگ فلو' کاتێ کە هاوسـەرە ئـازیزەکەی لەدەسـت دا، ئەم دەرمـانەی بـۆ خـۆی هەڵبژارد و ئەنجامێکی گەورەی لێ دەستگیر بوو. خـانمی لانگ فلو بە یـارمەتی گـڕی مـۆم مـادەیەکی بـۆ مـۆرکردن دەتوانـدەوە لەناکـاو ئـاگرەکە کڵـپەی سـەند و بەر جلەکـانی کەوت. دەنگـی هـاواری، مێردەکەی ئاگادار کردەوە، بەڵام هەوڵدانی مێردەکەی بۆ ڕزگارکردنی بێهوودە بـوو. خێزانەکەی بەهـۆی سـووتانەوە گیـانی سـپارد. هنـری ماوەیەکی زۆر بە یادهێنانەوەی ئەم ڕووداوە دڵتەزێنە کە بووە هـۆی گیانلەدەسـتدانی هاوسـەرەکەی ئەوەنـدە نـاڕەحەت بـوو، کە بە تەواوی سەلامەتی خۆی لەدەست دابوو زۆری نەما بوو کە شێت ببێ. بەڵام خۆشـبەختانە سـێ منـداڵی بچـووکی لەو ئـافرەتە بـۆ مـابوویەوە کە نیازیان بە ئاگاداری و پاراستن هەبوو. هنری بە تەواوی ئەو خەم و خەفەتەی کە هەیبوو مەجبور بـوو نەک تەنهـا بـاوک بەڵکوو جێگەی دایکی میهرەبانیشیان پڕ بکاتەوە. هنـری دوای مـاوەیەک تێگەیشـت کە بە خەمخـواردن بـۆ هاوسـەرەکەی لە منـداڵەکانی بێئاگـا بـووە. لە سـەرەتادا بە ئیجبـاری خـۆی ئاگـادار کـردەوە کە منـداڵەکان بـۆ گەشـتوگوزار و گەڕان ببـات و چیرۆکیـان بـۆ بڵێـت. منـداڵەکان کە مـاوەیەکی زۆر مەحرومبوونیـان کێشـا بـوو، ئەوەنـدە بەم کـارەی باوکیـان خۆشـحاڵ بـوون، پێکەوە گۆرانیـان دەوت. شـەوق و زەوقـی منداڵەکان کاریگەریەکی زۆری لەسـەر هنـری هەبوو کە بوو بە هـۆی سـەرگەرمی هنـری. دووبـارەکردنەوەی ئەم کـارە بـوو بەهـۆی ئەوەی

کە کەم کەم خەم و خەفەتی ڕابرووی هاوسەرەکەی لەبیر بەرێتەوە و لە کۆتاییدا ئارامی خۆی بەدەست بهێنێ.

"تینسون"یش بەهۆی مەرگی دۆستەکەیەوە دووچاری گێژاوێک بووبوو، کە لەم بارەیەوە دەڵێت: (... دەبێ لە کاری زۆردا خۆم لەبیر بەرمەوە، ئەگەر نا کەمەرم لەژێر باری خەم و نائومێدیدا دەشکێت).

بە لایەنی کەمەوە بۆ هەموو کەسێک دەست دەدات کە لە شوێنی کار و کاتێ لەگەڵ خەڵکیدان خۆیان سەرگەرم بکەن، چونکە لە کاتی ئاسایش و بەتاڵیدا زەمانێک کە دەبێت ئاسوودە و خۆشحاڵ بێت بیری نیگەرانکەر بۆ لای مرۆڤ دێت. نیگەرانی، پەرێشانی و پەرۆشی لە کاتی ڕووخساری گریاناویدا خۆیان نیشان دەدەن، کە بیرمان لای کارێک نییە و بە تەنها ماوینەتەوە. ئەم نیگەرانی و پەرۆشییە ئاگادارمان دەکاتەوە کە لە خۆمان بپرسین: (بەم ڕێگەیە لە ژیاندا بە کوێ دەگەین؟ ئایا ڕووخساری سەعادەت و خۆشی دەبینین؟ بەراست مەبەستی بەڕێوەبەری ئیدارەی ئەمڕۆ لەو ئیشارەتەی کە کردی چی بوو؟ ئایا سەری منیش وەک سەری فلانە هاوڕێ تاس دەبێت؟ لە کوێ دڵنیا بم کە هەر ئێستا سەرەتان لە شوێنێکی جەستەمدا لانەی نەکردووە؟ و...)

کاتێ کە مەشغوڵ نین، مێشکی ئێمە وەکو بۆشاییەکی خاڵی وایە کە ئەم مەسەلەیە سەرەتاترین یاسای سروشتە کە شوێنی خاڵی دەبێ پڕ بکرێت. سەرنجی گڵۆپێک بدە. بۆشایی ناو گڵۆپەکە لە هەوا بەتاڵ کراوەتەوە. ئەگەر ئەم گڵۆپە بە زەویدا بکێشیت هەوا بە فشارێکی زۆر بۆ ئەم بۆشاییە بەتاڵە هێرش دەبات و پڕی دەکات. هێزی مەشغوڵکەری سروشتیش ئامانجی خۆی باش دەناسێت. ئەم هێزە هەمیشە بۆ مێشکی بەتاڵ دەڕوات و بە ئاسانی پڕی دەکاتەوە.

هەستکردن بە خەم و پەژارە، ترس، حەسوودی و کینە بە تەواوی توانایانەوە بە شێوەیەکی زۆر خێرا ڕێگەی خۆیان دەکەنەوە لە

مێشکدا بە شێوەیەک کە بیری ئارام و هەستی خۆشی مەجبور بە کشانەوە دەبن. جیمز.ل.مورسل، مامۆستای (تربیه و تعلیم) پەروەردە و زانستی لە زانکۆی پیشکەوتووی کۆلۆمبیا لەم بارەیەوە دەڵێت: (... نیگەرانی لە کاتی کاردا خۆی نیشان نادات پێت، بەڵکوو لە کۆتایی کاردا دەردەکەوێت. لەم کاتەدایە کە فیکرتان بەبێ ویستی خۆتان بە لای شتانێکی خراپدا دەڕوات. مێشکی ئێوە وەک لۆرییەکی بێ بارە کە بە توندی بۆ پێشەوە دەڕوات و تەکانێکی زۆریشی لەگەڵدایە. هەر ئەو تەکانانە زیان لە لۆرییە بەتاڵەکە دەدات. عیلاجی نیگەرانی و ڕێگەی جڵەوگیری لە تێکشکانی هەست و حاڵەتەکانی دەروونی ئەوەیە کە مێشکتان بە تەواوی مەشغوڵ بووبێت).

پێویست ناکات مامۆستای زانکۆ بیت تا دەرک بەم خاڵە بکەیت و کاری پێ بکەیت. من لە کاتی جەنگدا لەگەڵ ئافرەتێک ڕووبەڕوو بوومەوە، کە ئەم خاڵەی تەجرووبە کردبوو و بە ئەنجامەکەشی ڕازی بوو.

ئەم ئافرەتەم لەگەڵ مێردەکەیدا لە کافتریای شەمەندەفەرێکدا بینی، کە لە نیویۆرکەوە بۆ میسوری دەڕۆشت. ئافرەتەکە بۆی باس کردم: سبەینێی ئەو ڕۆژەی کە شەڕی "پرل هاربور" ڕوویدا تەنها کوڕەکەم بۆ جەنگ ڕۆشت. ئەوەندە بۆی نیگەران بووم ئەو تەندروستیەش کە هەمبوو خەریک بوو لەدەستم دەدا. چون لە خۆمم دەپرسی: کوڕەکەم ئێستا لە کوێیە؟ ئایا سەلامەتە؟ بریندار نەبووە؟ نەکا کوژرابێت؟)

کاتێ لەم ئافرەتەم پرسی چۆن بەسەر ئەم نیگەرانییەدا زاڵ بووی؟ وتی: (... لە یەکەمین قۆناغدا مۆڵەتی خزمەتکارەکەم دا و خۆم کارەکانی ئەوم لە ئەستۆ گرت. لە کاتی بەئەنجامگەیاندنی کارەکانی ماڵەوەدا کەمێک ئارامیم بۆ خۆم گەڕاندەوە، بەڵام هێشتا ئاسوودە نەبووبووم. لە کاتێکدا کە کاری ماڵەوەم ئەنجام دەدا دیسانەوە

نیگەرانــی بــۆ لام دەهــات، چــونکە کارەکــانی ماڵــەوە پێویســتیان بە بیرکردنەوە نەبوو. دەبوایە کارێکم ئەنجام بدایە کە بوار بۆ نیگەرانی نەبوایە. لە یەکێک لە دوکانە گەورەکانی شاردا بە کاری فرۆشتنەوە ســەرگەرم بــووم. حەزم لەم کــارە بــوو. کڕیــاران دەهــاتنە لام و لە بــارەی تایبەتمەنــدی و نــرخ و ئەنــدازەی کاڵاکانمــانەوە پرســیاریان دەکــرد. ڕۆژانە ئەوەنــدە مەشــغوڵ دەبــووم کە هەلێــک بــۆ نیگەرانــی نەدەمایەوە، شەوانەش بە ماندوویی ڕێگەی ماڵەوەم دەگرت و دوای نانی ئێوارە بەبێ خەیاڵی دەخەوتم. لەم کاتەشدا بەڕاستی بوارێکم بۆ نیگەرانی نەدەهێشتەوە).

"جان کوپربویز" لە کتێبەکەی خۆیدا بە ناوی ڕێگەی لە بیرکردنی نەگونجاوەکــان دەنووســێت: کاتێــک کەســێک لە کــاری خۆیــدا نــووقم دەبێــت، جۆرێــک لە ئاســوودەیی و ئــارامی دەروونــی و ڕووخســاری نەرم و شادیبەخش بە (عەساب) و دەروونی تەسکین دەبەخشێت.

خــــانمی جانســــون یەکێــــک لە بەناوبــــانگترین ژنــــانی جیهــــانگەڕە مــاوەیەک لەمەوپــێش پێــی وتــم کە چــۆن توانیــوێتی لەگەڵ خەم و خەفەت و نیگەرانییەکانیــدا ڕووبەڕوو ببێــتەوە و بەســــەر کەوتــوویی کۆتایی بە ململانێکەی بهێنێت.

خانمی جانسون هەر بەو شێوەیەی کە لە کتێبەکەیدا نووسیویەتی کە "بە کارەسات زەواجی کرد" شانزە ساڵان بوو کە لەگەڵ مارتین جارســون زەواجــی کــرد. ئەوانە لە دوای زەواج "کانزاس"یــان ڕووەو جەنگەڵە ترسناکەکانی "برنئو" بەجێهێشت. 25 ساڵ ئەم ژن و مێردە بە جیهانــدا گەڕان. لە ژیــانی بومیاکــان و وەحشــیەکانی ئەفەریقــا و ژیــانی کــۆمەڵە جۆراوجۆرەکــانی ئاســیا فلیمیــان گــرت. دوای ئەوە گەڕانەوە بــۆ ئەمەریکــا و ســــەبارەت بەوەی کە دیبوویــــان دوان و فلیمەکانیــــان گەیانــــدە ســــاڵەی نمایشــــکردن. لەم گیــــر و دارەدا بە کەوتنەخــوارەوەی فڕۆکەکەیــان ئەجەل یەخەی مێــردەکەی گــرت و

ژنەکەش لەسەر جێی نەخۆشخانە مایەوە. پزیشکەکان ڕایان گەیاند کە "جانسون" هەرگیز ناتوانێت لە جێگەکەی بەرز ببێتەوە و هەستێتەوە، بەڵام پزیشکەکان نەیانناسی بوو، سێ مانگ دوای ئەوە لە کاتێکدا کە لەسەر گالیسکەیەک دانیشتبوو وتاری بۆ کۆمەڵێک دەدا ئەم کارەی سەدەها بار ئەنجام دا. کاتێ لێم پرسی بۆچی وتار دەدەیت بە ڕاستگۆییەکی تەواو وەڵامی دایەوە: "من بۆیە ئەم کارەم ئەنجام دا تا بوارێک بۆ خەم و پەژارە و نیگەرانی نەمێنێتەوە."

نازانم ئایا جانسون لە وتەکەی تینسون کە سەدەیەک لە پێش ئەوەوە ژیا بوو خەبەری هەبوو یا نا، بەڵام زانیبێتی یان نا کاری بە ئامۆژگارییەکەی دەکرد. تینسون سەدەیەک پێش لە خانمی جانسون وتبووی: دەبێ لە کاری زۆردا خۆم لەبیر بەرمەوە، ئەگەر نا کەمەرم لەژێر باری خەم و نائومێدیدا دەشکێت.

دەریاساڵار "بیرد" پێنج مانگ بە تاک و تەنها لە کەلەبەرێکی بچووکی سەهۆڵبەندانی جەمسەری باشور دەژیا. لەو شوێنەدا سەرسوڕهێنەرەکانی سروشتی بە چاوی خۆی بینی. ئەو بۆ مانەوەی خۆی لەو سەرزەمینە سەهۆڵبەندانەدا بە قۆناغ و فراوانتر لە ئەمەریکا و ئەورووپا، کاتی خۆی بە وردی دابەش کرد. بەم دابەشکردنە شەو و ڕۆژی دیاری کرد و لەو ماوەیەدا بەبێ ئەوەی چاوی بە یەک مرۆڤ بکەوێت پێویستییەکانی خۆی بەدەست دەهێنا.

تا ڕووناکی سەد و پەنجا کیلۆ مەتر نەک تەنها مرۆڤ زیندەوەریش نەدەبینرا. دەریاساڵار بیرد، هەندێ جار دەنگی سەهۆڵبەندانی هەناسەی خۆی دەبیست کە لە سینەی گەرمیەوە دەردەچوو. ئەو پێنج مانگە لە کاتێکدا بوو کە جەمسەری باشوور خولی شەوانەی خۆی بەڕێ دەکرد. دەریا ساڵار لە کتێبەکەی خۆیدا بە ناوی تەنهاوە، تەنیایی پێنج مانگەی لە تاریکیدا بە باشی شی کردبووەوە. لە بەشێکی ئەم کتێبەدا نووسیویەتی:

ڕۆژەکانم وەک شەو تاریک بوون و بۆ ڕزگاربوون و پاراستنی گیانی خۆم خۆمم بە کارەوە سەرقاڵ دەکرد. شەوانە کە لەگەڵ ڕۆژدا جیاوازی نەبوو پێش کوژاندنەوەی چرا کارەکانی ڕۆژی دوایم دیاری دەکرد. بە شێوەیەک بەرنامەکانم تەرتیب کردبوو کە تەنها ساتێکیش بێکار نەدەمامەوە. بە شێوەکی وا بوو کە توانیم دەسەڵاتم بەسەر نەفسی خۆمدا هەبێت. ئەگەر ئەم کارەم نەدەکردایە، دەبوایە کاتەکانم بەبێ مەبەست بەسەر ببردایە و ئەم کارەش هیچ سوودێکی نەبوو جگە لە تێکشکانی دەروونی و جەستەیی.

لە ڕیچارد کابوت مامۆستای پزیشکی زانکۆی هارڤارد ئەم قەولە دەگێڕمەوە کە بەڕای من بیرۆکەیەکی سەرنجڕاکێشە:

من لە پیشەی پزیشکی بە تەواوی سەرنجەوە سەیرم کرد کە مەشغوڵی بە کارەوە چارەسەری زۆر لەو کەسانە کردووە کە بە ناڕەحەتی دەروونییەوە گیرۆدەن، کە بەهۆی ترس و گومان و دوودڵییەوە دووچاری بوون. ئازایەتی کە کار بە ئێمە دەبەخشێت، وەک بڕوابەخۆبوونەکەی "ئامرسن" نووسەری بەناوبانگ وایە کە شانازییەکی بێسنووری پێ بەخشیوە.

کاتێ کە بە کارکردنەوە سەرقاڵ نەبین و دڵبەئازار گۆشەگیر ببین و خەم و پەژارە بکەینە هاودەمی خۆمان ئەنجامەکەی بە پێی وتەی داروین وەک جۆرە کرمێکە کە مێشکمان وەک خۆرە بخۆن و توانا و ئیرادە لە ئێمە زەوت بکەن.

من پیشەوەرێکی نیویۆرکی دەناسم کە توانای ئاسایشی بەهۆی ئەم کرمە ئازاردەرانەوە دەست پێ کرد. ئەو بە ئەندازەیەک خۆی سەرگەرم و سەرقاڵ کردبوو کە بوارێکی بۆ خەمۆکی و نیگەرانی نەهێشتبووەوە. ئەم پیشەوەرە یەکێکە لە خوێندکارەکانی شەوانەی خۆم. ئەو لێپرسراوی دامەزراوەیەکە بەناوی "لانگ"وە، شوێنی کارەکەی "وال ئاستریت"ـە. ئەو داستانی سەرکەوتنی بەسەر

نیگەرانیـدا ئەوەنـدە بەپێـز بـۆ گێـڕامەوە وای لـێ کـردم لە دوای تەواوبـوونی دەرس بانگهێشـتی بکەم بۆ ئەوەی نـانی ئێوارە پێکەوە بخۆین و ئێوارە پێکەوە بەڕێ بکەین.

لە ئێـــوارەوە تـــا نیوەشـــەو بەردەوام بـــوو لە گێـــڕانەوەی سـەرکەوتنەکانیدا کە مـن بە کـورتی لە زمـانی خـۆیەوە بـۆ ئێـوەی ڕادەگوێزم:

هەژدە سـاڵ لەمەوپـێش بە ئەنـدازەیەک مشـەوەش بووبـووم کە تووشی نەخۆشی کەمخەوی بووم. ئەوەندە دەمارەکانی عەسابم گرژ و ئـــاڵۆز بووبـــوون کە بە بچـــووکترین ناســـازی و نەگونجـــاوی هەڵـدەهاتم. هەسـتم دەکـرد هەمـوو دەمارەکـانم خەریکـن دەپچـڕێن. هەڵبەتە بەڵگەیەکم بۆ نیگەرانییەکانم نەبوو. لەو کاتانەدا ئەمینداری کۆمپانیـایەکی بەرهەمهێنـانی "شـیر میـوە" بـووم لە شـەقامی 418ی بـرادوی لە ڕۆژهەڵاتـی نیویـۆرک. کۆمپانیـا نیـو ملیـۆن دۆلاری بـۆ بەرهەمهێنانی گیراوەی "تووە فەرەنگی" سـەرف کردبوو کە گیراوەکە لە قووتـووی یەک گاڵۆنیـدا بـۆ فرۆشـتن ئامـادە بـوو. پـێش ئەمەش بیســت ســاڵێک دەبــوو کە ئەمانەمــان بە کۆمپانیــای بەرهەمهێنــانی ساردەمەنی دەفرۆشت، بەڵام لەناکاو بازاڕی فرۆش بە چۆکدا هـات و کۆمپانیاکانی بەرهەمهێنەری ساردەمەنی ئامێزی کاری خۆیان فـراوان کرد بۆ فرۆشتنی بەرهەمەکـان و نەمانەوەیـان لە بـازاڕدا هەسـتان بە دابەزانـدنی نرخـی بەرهەمەکـان و دەسـتیان کـرد بە کڕینـی گیـراوەی "تووە فەرەنگی" لە ناو بەرمیلی گەورەدا.

لە هەلومەرجێکی ئاوادا نەک تەنها نیو ملیۆن دۆلار لە بەرهەمەکەی خۆمان زەرەرمان دەکرد، بەڵکو زیاتر لە یەک ملیۆن دۆلاریش دەبێ بدەین بە بەرهەمهێنەرەکانی "تووە فەرەنگی"، کە گرێبەستمان لەگەڵ واژۆ کردبـوون. ئەوەنـدە بـازاڕی فـرۆش خـراپ بـوو هەتـا نەمـان دەتـــوانی (350000) دۆلار، کە لە بانـــک وەهممـــان وەرگرتبـــوو

بیگەڕێنینەوە. بانکیش ئامادە نەبوو کە وەهمەکە تازە بکەینەوە. لە وەها هەلومەرجێکدا جێگەی سەرسوڕمان نییە کە بڵێم مشەوەش و نیگەران بووم.

دۆستەکەی من لە دوای ئەم قۆناغە ڕووبەڕووی گرفتەکان دەبێتەوە. با سەرنج بدەینە درێژەی باسەکەی:

بۆ چاوپێکەوتنی بەڕێوەبەری کۆمپانیا ڕۆشتم بۆ کالیفۆرنیا. ویستم پێی بڵێم و تێی بگەیەنم کە لەگەڵ هەڵشکاندا نێوانێکی زۆرمان نییە. بەڵام ئەو ئامادە نەبوو قسەکانم قبووڵ بکات و نەدەچووە ژێر بارەوە. بەڕێوەبەری کارخانەی ئیدارەی لە نیویۆرک بە لێپرسراوی ئەم هەڵشکانە دەزانی.

دوای چەند ڕۆژێک باسکردن لە کۆتاییدا قایلم کرد بەوەی کە واز لە بەستەبەندی تووە فەرەنگی بێنێت و تووە فەرەنگییە تازەکان لە بازاڕی سانفرانسیسکۆ بفرۆشێت. بەم کارەی گرێکوێرەی ئێمە کرایەوە و ئەبوایە نیگەرانیش دوور بکەوتایەتەوە، بەڵام من نەمدەتوانی نیگەران نەبم، نیگەرانی بووبوو بە خوو بۆ من وەک زۆربەی ئینسانەکان.

کاتێ گەڕامەوە بۆ نیویۆرک بۆ هەموو شتێک نیگەران بووم. بۆ ئالوباڵویەک کە لە ئیتالیا کڕیبووم و ئەنەناسێک کە نوێنەری کۆمپانیایەک دەبوایە لە هائیتی بینێرێت و مەسایلی لەم شێوازانە ئارامی لە من حەرام کردبوو. لەوپەڕی بێزاری و نائومێدیدا بڕیام دا مەیدان بۆ نیگەرانی تەنگ بکەمەوە. تا ئەو کاتە ڕۆژی حەوت کاتژمێر کارم دەکرد بەڵام بە یەکجاری ژمارەی کاتژمێرم گەیاندە شانزە. کاتژمێر هەشتی بەیانی دەچووم بۆ کۆمپانیا و نزیکی نیوەشەو دەگەڕامەوە. شەو بە ماندوویەتی دەچوومە خەوەوە وەک جەستەی بێگیان دەکەوتم بەسەر جێگەکەمدا.

ماوەی نۆ مانگ بەم شێوەیە بەردەوام بووم لە کۆتایی ئەم ماوەیەدا نیگەرانیم لەنێو خۆمدا کوشت. دانی پێدا دەنێم ئەوەندە بواری خۆنواندنم بە نیگەرانی نەدا کە دیقی کرد و مرد. دوای ئەو کاتانەی کە نیگەرانی لە من دوور کەوتەوە، کاتژمێری کارکردنم کەم کردەوە بۆ هەشت کاتژمێر. هەشت ساڵ زیاترە کە بێخەوی و نیگەرانی بەرۆکیان نەگرتووم.

بەم شێوەیە "برنارد شۆ" مافی خۆیەتی کە دەڵێت:

ڕازی بەدبەختی و بێچارەیی ئێمە، ڕۆژانی بەتاڵیمانە، چونکە لە ڕۆژە بەتاڵەکاندا بیری خۆمان سەبارەت بە خۆشبەختی و بەدبەختی دەخەینە گەڕ.

کاتی خۆت بە خەیالپلاوی و بیری بێ سامان و بێسەروبەر بەسەر مەبە و قۆڵی لێ هەڵماڵە و بە کارەوە مەشغول بە. بە شێوەیەکی سروشتی خوێن باشتر هاتوچۆ دەکات و مێشکیش خواردنێکی باشتری دەبێت، لە ئەنجامدا ئەندێشە و بیری ناقۆلا لە مێشکت دەچنە دەرەوە.

بە کارکردن خۆت سەرقاڵ بکە، هەرزانترین و بەسوودترین ئامۆژگاری بۆ تۆ ئەمەیە:

سەرگەرمی بە کارکردنەوە= زاڵبوون بەسەر پەرۆشی و نیگەرانیدا.

سەرگەرمی بە کارکردنەوە= داهاتی زیاتر و ژیانی ئاسوودەتر.

سەرگەرمی بە کارکردنەوە= نەبوونی کاتی زیادە بۆ خەم و خەفەتخواردن، کارکردن هەرزانترین دەرمانێکە کە بۆ زاڵبوون بەسەر نیگەرانیدا دروست بووە.

کاتەکانی خۆت بە کارکردن پڕ بکەرەوە. کەسانێک کە نیگەرانن ڕێگەیەک لەم ڕێگەیە گونجاوتر و کەم سەرفتر بۆ

ڕووبەڕووبوونەوەی نیگەرانی نادۆزنەوە. ئەگەر خۆت لە کاردا نوقم نەکەیت بە دڵنیابییەوە خۆت نوقمی نائومێدی و خەم دەکەیت.

بەندی حەوتەم

نەهێڵن خۆرەی نیگەرانی گیانتان بهاڕێت:

داستانێک کە "رابرت مور"ی خەڵکی نیوجرسی بۆی باس کردم تا کۆتایی تەمەنم لە بیری ناکەم. لە زمانی خۆیەوە داستانەکەیتان بۆ دەگێڕمەوە:

(... من گەورەترین وانەی ژیانی خۆمم لە مارتی 1945 لە قووڵایی 276 پێ لەژێر ئاوەوە لە دەریاکانی هیند و چین فێر بووم. من یەکێک بووم لەو هەشتاوهەشت نەفەرەی کە لەژێر دەریادا کارم دەکرد. بەهۆی ڕادارەوە ئاگادار کراینەوە کە کاروانێکی تا ڕادەیەک بچووک و پڕ چەکی دوژمن ڕوو بە ئێمە دێت. سپێدەی بەرەبەیان ژێر دەریاییەکان لەژێر ئاوەوە خۆمان بۆ هێرشبردن ئامادە کرد. لە ڕێگەی دووربینی ژێر دەریاوە بە باشی دەمبینی کە کەشتییەکی جەنگی پڕ چەکی یابانی بە ناونیشانی ڕێنیشاندەر و کەشتییەکی نەوتکێش ڕوو بە ئێمە لە جووڵەدایە. بە سووڕاندنەوەی ئاراستەی دووربینەکە مینهاوێژێکیش کەوتە ناو بازنەی دووربینەکەوە. سێ موشەکمان بۆ ئاراستە کردن بەڵام بەهۆی ورد نەبوون و خراپی دیقەی موشەکهاوێژەکەوە هەر سێ موشەکەکە بە هەڵەدا ڕۆیشتن.

کەشتییە پڕ چەکە ڕێنیشاندەرەکە لە پێش کاروانەکەوە لە پێشماندا بوون. بە ڕواڵەت سەرنشینەکانی نەیانزانی بوو کە ئێمە هێرشمان بۆ بردوون. ئێمە بە سوودوەرگرتن لەو حاڵەتە بڕیارمان دا هێرش بۆ کەشتییە مینهاوێژەکە بەرین. بەڵام مینهاوێژەکە لەناکاو ئاراستەی خۆی گۆڕی و هەستی بە هێرشەکەمان کرد. فڕۆکەیەکی گەڕۆکی

یابانی ژێر دەریاییەکانی ئێمەی لە قووڵایی 60 پێدا بەدی کرد و مینهاوێژەکەشی ئاگادار کردبووەوە. بۆ ڕزگاربوون لە ڕەنج و زەحمەتی ڕووبەڕووبوونەوە لەگەڵ مینهاوێژەکەدا ڕۆشتین تا قووڵایی 150 پێ و خۆمان بۆ ڕووبەڕوو بوونەوەی هەر کارەساتێک ئامادە کرد:

لەبەر ئەوەی ڕادارەکانیش نەتوانن لە ڕێگەی شەپۆلی دەنگی و دڵۆپەکانی هەواوە شوێنمان دیاری بکەن پانکە کارەباییەکانمان لەکار خست. پێویستییەکانی جەنگ و ماتۆڕەکان و هەر شتێک کە دەنگی لێوە بهاتایە هەموومان کوژاندەوە. هەموو شتێکمان لەژێر دەریادا لەکار خستبوو.

سێ خولەک دوای گەشتنی ئێمە بە قووڵایی 150 پێ هێرشی مینهاێژەکە دەستی پێ کرد. بە نێوانێکی زۆر کەم سێ مین لە نزیکی ئێمە تەقینەوە و ژێر دەریاییەکانی تا قووڵایی 276 پێ بردە خوارەوە.

ترس سەراپای داگرتبووین. تەقینەوە لە قووڵایی کەمتر لە 1000 پێ ترسناک بوو، لە قووڵایی 500 پێ ترسی مردن و تیاچوونی یەکارەکی بوو، ئێستا بیری لێ بکەرەوە لە قووڵایی 276 پێدا چ ڕووداوێک دەتوانێت ڕوو بدات؟ ماوەی پانزە کاتژمێر مینهاوێژی یابانی لە سەرو ئێمەوە بە بەردانەوەی مینی ژێر ئاوەوە مەشغوڵ بوو.

ئێمە گەشتبووینە قووڵاییەک کە نەماندەتوانی لەوە زیاتر ڕۆبچینە خوارەوە، چونکە ئەگەری گیرکردنمان لە کەفی ئۆقیانووسدا هەبوو. بەڵام خۆشبەختانە تەواوی مینەکان لە قووڵایی کەمتر لە 50 پێدا دەتەقینەوە و بەرژەوەندی ئێمە لەوەدا بوو کە شوێنی خۆمان لەژێر دەریادا نەگۆڕین. ترس و لەرز لەژێر دەریادا فەرمانڕەوایی دەکرد.

من ئەوەندە ترسابووم کە زۆر بە دژواری هەناسەم دەدا. بە خۆمم دەوت: ئەمەش یەکێکی تر کە مەبەستی مردنە! لەگەڵ ئەوەشدا دەزگای ساردکەرەوە و پانکە لەکار کەوتبوون، بەڵام عارەقی سارد لە نێوچاوانم میوان بوو بە هەموو توانایەکم نەمدەتوانی ڕێگری لە پێکدادانی ددانەکانم بکەم. لە هەلومەرجێکی وادا بوو هێرشی مینهاوێژی یابانییەکان کۆتایی پێ هات.

وابزانم تەقەمەنییەکان تەواو بووبوون یان وایان پێ باش بوو لەمە زیاتر لەتوپەتمان نەکەن! بەهەرحاڵ، مینهاوێژەکان ئێرەیان تەرک کردبوو. ئەو پانزە کاتژمێرەی کە لەژێر هێرشدا بووین وەک پانزە ملیۆن ساڵ لە من تێپەڕی. تا ئەو کاتە چەند جارێ بە ڕووداوەکانی ژیانی پێشووی خۆمدا چووبوومەوە. ئەو کارە نەشیاوانەی کە تا ئەو کاتە ئەنجامم دابوون لە بیرمدا دەهاتن و دەچوون. چەند جارێک دەمهێنایەوە بیری خۆ، کە پێش ئەوەی بچمە ناو سوپاوە چۆن لە بانکێکدا دامەزرام و چۆن کار زۆر ماندووی دەکردم و بە کەمی مووچە نیگەران بووم، لەم ڕوانگەیەوە نیگەران دەبووم کە بۆچی ناتوانم بە دڵی خۆم ژیان بەڕێ بکەم.

بۆچی ناتوانم ئوتۆمبێلێک بکڕم، بۆچی ناتوانم جلوبەرگی گرانبەها بۆ هاوسەرەکەم بکڕم؟ خراپتر لە هەموو ئەمانە وشکی و بێڕەوشتی لێپرسراوەکەم بوو کە نەمدەتوانی تەحەمولی ئەم حاڵەتە بکەم. ئەم دەورانە زیندووتر لە فلیمێکی سینەمایی جار بە جار لە پێشچاوم خۆیان نمایش دەکرد.

دەهاتەوە بیرم کە شەوان چۆن بە ماندوویی و توورەییەوە دەگەڕامەوە ماڵەوە و بەهۆی شتانێکی بێبایەخەوە لەگەڵ هاوسەرەکەمدا شەڕم دەکرد. هەر کاتێ ڕووبەڕووی ئاوێنە ڕادەوەستام سەیری شوێنی برینێکم دەکرد کە بەهۆی ڕووداوی ئوتۆمۆبیلەوە بە یادگاری بۆم مابوویەوە، ئەوەندەی تر بێزار دەبووم.

پێش ڕووداوی هێرشی ژێر دەریا ئەوەندە گرنگیم بە مەسایلی بچووک دەدا کە لێیانەوە نیگەرانی و دڵ مەشغوڵی گەورەم دروست دەکرد، بەڵام کاتێ لە قووڵایی ئۆقیانووسدا لەگەڵ مردندا دەستمان لەنێو دەستی یەک بوو لەگەڵ خۆمدا پەیمانم بەست کە ئەگەر ئەم جارە گیانم سەلامەت بێت و چاوم بە خۆر یا مانگ و ئەستێرەکانی ئاسمان بکەوێت ئیدی بواری خۆنواندن بە نیگەرانی نادەم!بە خۆمم وت: (لە دوای ئەم ڕووداوەوە ئیدی نیگەرانی هەرگیز!هەرگیز!)

من لە دوای ئەو کاتژمێرە پڕ مەترسییە نزیکەی چوار ساڵ لە زانکۆی سیراکیوز بە خوێندن سەرقاڵ بووم و کتێبی زۆرم دەخوێندەوە و وانەی ژیانی لێوە فێر بووم.)

زۆربەی ئێمە کەسانێین کە تەحەمولی ڕووداوی دژوار دەکەین و لە بیری خۆمانی دەبەینەوە، بەڵام بە بابەتێکی کەم بایەخ خۆمان لەدەست دەدەین. سەلمێنەری ئەم حاڵەتە یاداشتی "ساموئل پیپز"ـە دەربارەی لەسێدارەدانی "سرهاری وان".

کە ڕووداوەکەی بەم شێوەیە یاداشت کردووە:

(کاتێ ویستیان "سرهاری وان" لەسێدارە بدەن لە لەندەن بردیانە سەر سەکۆیەکی تایبەت بە لەسێدارەدان. "سرهاری وان" لەو ساتەدا بە باشی بەرگری دەکرد و هەموو بینیان کە بچووکترین لاوازی پیشان نەدا، بەڵام تکای لە جەلادەکە کرد کە ئاگای لێ بێت تەورەکەی لەسەر زیپکەیەکی دەردناک کە لەسەر ملیدا هەیە نەباتە خوارەوە.)

دەریاسالاریش لەگەڵ حاڵەتێکی لەم شێوەیەدا ڕووبەڕوو بووەتەوە. لەم ڕوانگەیەوە هەندێ لە یاداشتەکانی پێکەوە دەخوێنینەوە. ئەم یاداشتانە پەیوەندی بە سەفەرێکی پڕ مەترسی سەرما و سەهۆڵبەندانی جەمسەرەوە هەیە، کە لە سەرو توانای مرۆڤەوەیە. (... هاوڕێکانم بەبێ ناڕەزایی دەربڕین لەو شوێنە پڕ مەترسییەدا، بەرگە

ی سەرمای (-80) پلەیان دەگرت و لە کار دوا نەدەکەوتن. بەڵام لە کاتی پشوودان و ئارامیدا هەر دوو نەفەرێک کە لە پەناگەیەکدا دەخەوتن نارەحەتی ئەوە بوون کە نەوەک یەکێکیان پێی زیاتر راکێشێت و کەمێک جێگە زیاتر بگرێت، هاواریان لێ هەڵدەستا.

یەکێک لەو کەسانە کردبوی بە خوو کە پارووی نانەکەی 28 جار بجوێت کە ئەمەش بوو بووە هۆی تووڕەبوون و ڕقی ئەوانی تر. لە کاتی نانخواردندا ڕووبەڕووی دەبوونەوە و ئامادە نەبوون خواردنی لەگەڵ بخۆن و بە ناچاری دەخزانە گۆشەیەکەوە و بە جیا خواردنەکەیان دەخوارد. من بە ئەزموون گەشتمە ئەو رایەی کە لەم ئۆردووگای جەمسەرەدا خاڵی بێبایەخ بەسە بۆ ڕاکێشانی ڕێکترین و بەتواناترین کەس ڕوو بە شێتبوون).

منیش دەتوانم ئەم خاڵە زیاد بکەم بۆ یاداشتەکانی دەریاسالار کە هەر ئەم شتە بێبایەخانە لە ژیانی هاوسەرێتیدا شێتی لەگەڵدایە و دەبێتە هۆی نیوەی نەخۆشییەکانی دڵ. بۆ دڵنیایی و پشتگیریکردن لە بۆچوونەکەی خۆم، پشت بە بۆچوونەکانی "ژوزف سابات" دادوەری دادگای شیکاگۆ دەبەستم. ئەم دادوەرە بە ئەزموونە سەبارەت بە ناکۆکییەکانی نێوان ژن و مێرد دەنووسێت:

(هەمیشە خاڵ و داواکاری بێبایەخە، کە دەبێتە هۆی دروستبوونی ناکۆکی و دووبەرەکی لە خێزاندا).

لەوانەیە بتوانم بڵێم بەم هۆیەوە خاڵی بێبایەخ دەبێتە هۆی دروستبوونی ناکۆکی پێش ئەوەی ڕەگوڕیشە داکوتێ کەس گرنگی پێ نادات و ناکەوێتە هەوڵی چارەسەرکردنی، بەڵام خاڵی گرنگ و بەبایەخ ڕاستەوخۆ دیاری دەکەن و ڕووبەڕووی دەبنەوە.

"فرانس.بی.هوگان" داستانی شاری نیویۆرک لە ڕێگەیەکی ترەوە پشگیری لە بۆچوونەکانی ژوزف سابات دەکات. بە بۆچوونەکانی

داستانی نیویۆرک، بابەت بەم شێوازەیە، کە زۆربەی وێرانکارییەکان لە بابەتی کەم بایەخ و بچووکەوە سەرچاوە دەگرن.

(... خۆنواندن و پۆزلێدان و دەرپەڕاندنی جەستە و پڕوپاگەندەی بەتوانایی لە مەیخانەکان و بگرەوبەردەی ناو خێزان و وشەی تۆمەتبارکردن و جموجوڵی گوساخانە و بێئەدەبانە هەموویان بابەتی بچووک و کەم بایەخن، کە هەندێ جار دەبنە هۆی کوشتن و جەنایەتکردن).

تەنها ژمارەیەکی کەم نەبێت کە بەهۆی تاوانی گەورەوە گیرۆدە دەبن، ئەگەر نا دەتوانم بڵێم (نیوە لە ژان و ئازارەکانی مرۆڤ لە ئەنجامی بابەتی بێکەڵک و بێبایەخەوەیە).

خانمی "روزولت" لە سەرەتا ڕۆژەکانی زەواجیدا هەمیشە لە دەستی خراپی چێشتەکانی خزمەتکارەکەی ناڕازی بوو، کە ئەمەش نیگەرانی دەکرد و ئازاری دەدا، بەڵام بە تێپەڕبوونی ساڵ ئەوەندە خراپی چێشتەکانی دووبارە بووبوویەوە خانمی رزولت خوی پێوە گرت و لە دواییدا لە بیری کرد.

"کاترین کبیر"یش کاتێ بیبینیایە چێشتلێنەر چێشتەکەی خراپ کردووە زەردەخەنەیەکی دەکرد.

چەند ساڵ لەمەوپێش بە ڕێکەوت لەگەڵ هاسەرەکەمدا لە ماڵی یەکێک لە دۆستەکانمان میوان بووین. لە کاتی خواردنی نانی ئێوارەدا پیاوی ماڵەکە کاتێ دەیویست پارچەیەک گۆشت بخاتە ناو دەوریـیەکەیەوە تووشی هەڵەیەک بوو، کە من نەمبینی، ئەگەریش بمبینیایە گوێم پێ نەدەدا. بەڵام ژنی ماڵەکە بە دەنگی بەرز هاواری کرد (گیان! تۆ کەی دەتەوێ فێری نانخواردن بیت؟)

ئەم هاوارکردنەش بوو بە هۆی ناڕەحەتبوونی پیاوەکە. بەڵام ژنەکە لەباتی ئەوەی عوزر بێنێتەوە ڕووی لە ئێمە کرد و وتی: (ئەو هەمیشە

هەڵە دەکات، هەوڵ نادات هەڵەکانی ڕاست بکاتەوە!) لەوانەیە حەق لای ژنەکە بێت و پیاوەکە بە ڕاستی هەوڵ نەدات هەڵەکانی چاک بکاتەوە، چونکە تا ئەو کاتە بیست ساڵ دەبوو کە لەگەڵ ژنێکی ئاوادا ژیانی بەسەر دەبرد، نەیویستبوو ئەو هەڵە گەورەیەی قەرەبوو بکاتەوە.

بە ڕاشکاوانە و بێپەردە بڵێم: من ئامادەم خراپترین خواردن و خراپترین خواردنی دەستی ناشییەک بخۆم، بەڵام برینی زمانی ژنێکی بیانووگر لەبەر خاتری خواردنێکی باش کە لێیناوە تەحەمول ناکەم! بابەتێک لە بارەی خۆمەوە بدرکێنم: ماوەیەک لەپێش بە میوانی ڕۆشتنمان بۆ ماڵی دۆستێکم و داستانی هەڵەی مێردەکەی، شەوێکیان هەندێ لە دۆستانمان لەگەڵ هاوسەرەکانیاندا بۆ نانی ئێوارە بانگهێشت کردبوو. دوای هاتنە ژوورەوەی هەموو میوانەکان بوو هاوسەرەکەم بینی بە بێتاقەتی، تەنها سێ دانە لە دەسرەکانی سەر مێزەکە،کە لەگەڵ ئەوانی تردا جیاوازن، ماون.

هاوسەرەکەم لە دواییدا بۆ منی گێڕایەوە کە کاتێ زانی چێشتلێنەرەکە باقیی دەسرەکانی بۆ شتن ناردووە بە ئەندازەیەک نارەحەت بووە، کە گەرووی دەگیرا و ئەگەر دڵدانەوەی من نەبوایە لەوانەیە بشگریایە، بەڵام من کاتێ بینیم ڕێگەیەک بۆ حەلی دەسرەکان نییە، بابەتەکەم بە بێبایەخ خستە بەرچاو و بە سەرگەرمکردنی میوانەکانەوە خەریک بووم لە کاتی نانخواردندا چەند نوکتەیەکی خۆش و بەپێزم بۆ گێڕانەوە کە وابزانم بووبووە هۆی نەشاتی میوانەکان و هیچ کامیان بە نارێکی دەسرەکانیان نەزانی.

وتەیەکی پێشینانی فەرەنسی هەیە دەڵێت: (De minimis non curat lex)، واتا: (یاسا شتی بێبایەخ لە قەڵەم نادات!)، تۆیش ئەگەر دەخوازیت ئارام بیت نیگەرانی بە بێبایەخ بخەملێنە و لە قەڵەمی مەدە.

ڕەوشـێکی گونجـاو بـۆ ڕووبەڕووبـوونەوەی نیگەرانـی ئەوەیە کە توانـا و زیرەکـی لەبـاتی بیـرۆکە و ئەفکـاری مشـەوەش بخەیـنە گەڕ. دەبێت فێری ئەوە ببیت، کە چۆن بیرۆکەی نیگەرانیهێنەر لە مێشکی خۆت بە دوور دەگریت. ڕێگەیەکی ئاسـان بۆ بەئەنجامگەیاندنی ئەم خواستە ئەوەیە، کە بیر لە بابەتێکی شـادیبەخش بکەیتەوە. کارێک کە دەتوانیت بەئەنجامی بگەیەنیت بۆ بێبایەخکردنی نیگەرانی ئەوەیە کە ساتەکانی شادیئامێزی ڕابردووی دوور و نزیک بهێنیتەوە یادی خۆت و بە شیکردنەوە و تەحلیلکردنیان خۆت خەریک بکەیت. بۆ نموونە لە سـاتەوەختێکدا کە نیگەرانـی تەنگـی پـێ هەڵچنیـون و بەسـەرتاندا زاڵ بـووە، سـەفەرێکی شـادیئامێز بهێننەوە یـادی خۆتـان کە چەند سـاڵێک لەمەوپـــێش لەگەڵ دۆســــتەکانتاندا کردووتــــانە و بەش بە شـــــی کاتژمێرەکـانی و خولەکەکـانی لە نـاخی خۆتانـدا لێک بـدەنەوە. چەنـد خولەکێک دوای بیرلێکردنەوەیان نیگەرانییەکە خۆی بۆ خۆی دەکشێتە دواوە و درێژە ناکێشێت و بە بێبایەخی دەزانن.

دۆســـتەکەم "هــومر کــروی"، کە ئومێــدەوارم ئەوانەی ســـەردانی "پاریس"یان کردبێت کتێبە بەناوبانگەکەیان خوێندبێتەوە، لە کتێبەکەیدا بە هێنـانەوەی نمـوونەی جۆراوجـۆر ڕێنمـونی ئـێمە دەکـات کە چـۆن دەتـوانین نیگەرانییەکـان بە بێبـایەخ بـزانین و خۆمـانی لـێ بەدوور بگرین! کروی جارێکیان بۆی باس کردم: (ئەو ڕۆژانەی کە سـەرقاڵی نووسـینی یەکێـک لە کتێبەکـانم بـووم، ڕادیـاتۆری دابیـنکەری پـلەی گەرمـای بینـاکەم دەنگێکـی ئەوتـۆی لـێ بەرز بـوویەوە کە تەرکیـز و هەســـتەکانمی بە تەواوی هەژانــــد. ئەو دەنــــگە نەک هەر ئەو ڕۆژە بەڵکـوو چەنـد ڕۆژێـک بەردەوام بـوو. بە ئەنـدازەیەک پەرێشـــان و مشـــەوەش بووبـــووم کە نەمـــدەتوانی لە پشـــت مێـــزەکەم دابنیشـــم و بمێنمەوە. لەوانەیە بەرجەستەی نەکەیت ئەوەندە هەستمی هەژاندبوو لە کاتی نووسینی کتێبەکەدا ئەگەر بمەوێت بیرۆکەیەک بنووسم دەبێ چ واتایەک ببەخشێ؟)

لەم ئانوساتەدا بیرۆکەکەی خۆمم لەبیر کردبوو کە ڕێگەی ڕووبەڕووبوونەوەی نیگەرانی و بە بێبایەخ لەقەڵەمدانی بوو، تەنها دەمویست زووتر بزانم کە کروی چ هەڵوێستێک دەنوێنێ لە بەرامبەر ئەو ڕادیاتۆرەدا کە ژوورەکەی هەژاندبوو.

کروی، کە بە سەیرکردنەکەی منی زانی و بەئاگا بوویەوە، تێگەیشت کە ڕووداوەکەم زۆر بە جدی گرتووە، هەر لەبەر ئەم هۆیە بوو دەنگی نزم کردەوە و بە زەردەخەنەیەکەوە وتی:

(... هەستم دەکرد ئەم جەستە بێگیانە خەریکە گیان تا سەر لێوم دێنێت. دەبوایە لە دەستی هەڵبهاتمایە، چونکە ئەگەر گلەیی ڕادیاتۆرەکەم لای تۆ بکردایە وات دەزانی کە شێت بووم. بەبێ ئەوەی بابەتەکە بدرکێنم بڕیارمان دا لەگەڵ کۆمەڵێک لە هاوڕێیاندا گەشتێک بۆ دەرەوەی شار بکەین. مەبەستم ئەوە بوو کە چەند کاتژمێرێک دەنگی ڕادیاتۆرەکە لە بیر بەرمەوە. دوای ماوەیەک لەو گەشتەدا ئەو خواردنانەی کە لەگەڵ خۆمان بردبوومان، ئاگرێکمان بۆ کردنەوە و گۆشتی بەرخەکەم خستە ناو تاوەیەکەوە و لەسەر ئاگرەکەم دانا. دەنگی چزوو بزی گۆشتەکە لەناو تاوەکەدا زۆر خۆشئاهەنگ بوو لە گوێمدا.

کە سەرنجم دا زۆر لە دەنگی ڕادیاتۆرەکە دەچوو! سەرسوورهێنەر بوو نزیکی کاتژمێرێک دەنگێکی وەک دەنگی ڕایاتۆرەکەم دەبیست نەک تەنها ناڕەحەت نەدەبووم بەڵکوو لەزەتیشم لێ وەردەگرت. بەس لەوانەیە ئەو دەنگە ئەوەندە وەحشەتناک نەبووبێ. بە خۆمم وت:

ئەی پیاو بێ ئەوەی ناڕەحەت بیت کارەکەت بە ئەنجام گەیاند و پشووت دا! باقی کاتەکانی تریشت هەر ئەم کارە ئەنجام بدە !سەرنجم لە قسەکانی خۆم دا و دەنگی ڕادیاتۆرەکەم لەبیر خۆم بردەوە. ئێستا بەلامەوە گرنگ نییە کە ڕادیاتۆرەکە دەنگی لێوە بێت یا نوێی بکەنەوە و لە دەنگی بخەن.)

کروی، بە ڕاشکاوانە وتی: ئیتر ئەو دەنگەم لەبیر کردووە. بوون و نەبوونی بەلامەوە گرنگ نییە. بەم شێوەیەش دەتوانیت وەک نیگەرانی بێبایەخ لە قەڵەمی بدەیت. لەو شتانەی کە حەزمان لێیان نییە نارەحەت دەبین، چونکە زیاد لە پێویست گەورەیان دەکەین! دیزرائیلی ڕستەیەکی ڕازاوە و پڕمانای هەیە: ژیان زۆر کورتترە لەوانەی کە بە بچووکیان دەزانین! [1] ئەندرە موروا [2]، نووسەر و سیاسەتمەداری فەرەنسی، لە یەکێک لە پەخشانەکانیدا لە گۆڤاری هەفتەدا ڕستە ڕازاوەکەی دیزرائیلی بە شێوەیەکی ڕازاوەتر ڕوون دەکاتەوە:

(ئەم وشانە (مەبەستی ڕستەکەی دیزرائیلییە) لە زۆربەی شتە ناحەز و ناقۆلاکانی ژیاندا هاتوونەتە یارمەتیدانی من. ئێمە زیاد لە ڕادە بە سەرقاڵکردنی خۆمان بە شتی کەم بایەخ و بچووکەوە خۆمان خەریک دەکەین بە شێوەیەک کە دەبێت لێیان بە دوور بین.

بەم شتە بچووکانە ژیانی شیرین بە چێژی خۆمان تاڵ دەکەین. ئێمە کە چەند بەیانییەک زیاتر لەسەر ئەم کورەی زەوییەدا ناژین کەوایە بۆچی کاتژمێرە گرانبەهاکانی خۆمان بە خەمۆکی و پەژارە بسپێرین؟ مەگەر خۆمان و خەڵکیش ئەوانە لە بیر بکەن؟ ئەو شتە بچووک و بێکەڵکانە تا سەر نامێننەوە!

چەند خۆشە ژیانی خۆمان سەرفی کارێکی بەسوود و بەکەڵک، ئەفکاری بەرز، خۆشەویستی ڕاستەقینە و کارانێک کە شایستەی لەبیرکردن نەبن بکەین، چونکە ژیان کورتتر لەوەیە کە بە بچووکی دەزانین).

لەوانەیە ئێوەیش بیر بکەنەوە: بۆچی ئەندرە موروا لە پەخشانێکدا ئەم ڕستەیەی دیزرائیلی وەک بەڵگەیەک بەکار هێناوە؟ کەوایە خراپ نییە گەر ناوەرۆکی بابەتەکەتان بۆ بنووسم تا بزانن ئەندرە موروا، جگە لە سیاسەت لە نووسینیشدا دەستێکی باڵای هەبووە! ڕووداوەکە بەم شێوەیەیە: کیپلینگ شاعیر و نووسەری ناودار لەگەڵ کچێک بە

ناوی کارولین بالیستیر له ناوچەیەک بە ناوی "ویرمونت" زەواجی کرد و بینایەکی جوانی لە "براتل پرو" دروست کرد. کیپلینگ نیازی وابوو تا کۆتایی تەمەنی لەوێدا ژیان بەسەر بەرێت و لە سروشتی ڕازاوە و بینا ڕازاوەکەی بەهرەمەند ببێت. لەو ڕۆژانەدا براکەی کارولین لەگەڵ مێردی خوشکەکەیدا، واتە کیپلینگ پەیوەندییەکی برادەرانەیان بەست و ئەوەندە دۆستایەتییەکەیان گەرم بوو کە شەو و ڕۆژیان پێکەوە بەسەر دەبرد و شانبەشانی یەکتر کاریان دەکرد.

دوای ماوەیەک کیپلینگ بڕێک لە زەوی برای خێزانەکەی کڕی بۆ ئەوەی زیاتر بیناکەی بە گوڵ و گوڵزار بڕازێنێتەوە. بالیستر بەم مەرجە زەوییەکەی بە شاعیر فرۆشت، کە مافی هەبێت وێنجە لەکاتی خۆیدا درونە بکات و خۆراکی ئاژەڵەکانی دابین بکات.

ڕۆژێک بالیستر بینی کە شاعیر لە نێوان وێنجەزارەکەدا یا باشترە بڵێم لە بەشێکی بچووکی موڵکەکەی خۆیدا باخچەیەکی دروست کردووە.

بالیستر لەم کارەی شاعیر تووڕە بوو لەبەر ئەوەی چەند مەترە چوارگۆشەیەکی لەپێناوی باخچەیەکی گوڵ و گوڵزاردا لەناو بردووە، هەڵپەی کرد و هەرچی ویست و بە دەمیدا هات بە مێردی خوشکەکەی وت. شاعیریش نەیتوانی خۆی کۆنترۆڵ بکات و وەڵامی دایەوە.

دوای چەند ڕۆژ کیپلینگ بە سواری پاسکیلێکەوە بە جادەی کەناری مەزرەعەدا تێدەپەڕی، برای خێزانەکەی بە ئەنقەست لەقاوی ئەسپەکەی ڕوو کردە شاعیر و ڕێگەی لێ گرت و خۆی بە شاعیردا کێشا و شاعیر کەوت بە زەویدا.

شاعیر پێشتر بە شیعرێکی خۆی ئامۆژگاری خەڵکی دەکرد: (کاتێ کە خەڵکی تووڕەن و خوێنساردی خۆیان لەدەست دەدەن تۆ خوێنسارد و لەسەرخۆ بە).

خۆی کاری بەم پەندە نەکرد و لە دەستی برای خێزانەکەی سکاڵای لای دادگا کرد. دادگا ورووژا و کار کێشایە جەراید و ڕۆژنامەکان. بابەتەکە بەهۆی ناوی کیپلینگەوە لە ڕۆژنامەکاندا گرنگی زۆری پێ دەدرا و کۆمەڵێک ڕۆژنامەنووس لە دوور و نزیکەوە خۆیان گەیاندە ئەو ناوچە ئارام و چۆڵە و ئارامی ناوچەکە و شاعیریان ئاڵۆز کرد.

ئەو ئەنجامەی کە لە دادگاوە بوو بە نسیبیان ئەوە بوو کە کیپلینگ و خێزانەکەی بینا ڕازاوەکەی خۆیان، کە دەیان ویست تا کۆتایی تەمەن بە ئارامی تێیدا ژیان بە ڕێ بکەن بەجێ بێڵن و بۆ هەمیشە لەبیری خۆیانی بەرنەوە.

ئەو شتەی کە ئەم ناکۆکییەی هێنایە کایەوە لە بەستەیەک وێنجەی بێبایەخ تێنەدەپەڕی! "پریکلس" چوار سەدە پێش لە لەدایکبوونی مەسیح واتە 2400 ساڵ پێش وتوویەتی:

ئێمە بە شتی زۆر بچووک گرنگی دەدەین! من خۆم دوای 24 سەدە دانی پێدا دەنێم کە بەڕاستی ئێمە هەر ئەم کارە دەکەین! واتە بە شتە گەورەکان گرنگی دەدەین! لێرەدا دەمەوێت داستانی تەمەنی درەختێک و چۆنیەتی تێکشکان و لەناوچوونیتان بۆ بگێڕمەوە لە زمانی دکتۆر "هاری ئامرسون فوسریک":

(... لە دامێنی گردێکەوە لە ناوچەی "لانک پیک" لە "کولورادو"، درەختێکی ئەستور و گەورە دەبینرا کە لێکۆڵەرەوان و گیاناسان تەمەنیان بە چوارسەد ساڵ مەزەندە دەکرد. ئەوانە بڕوایان وابوو کە ئەم درەختە لە کاتێکدا کە "کریستف کلمب"، بۆ یەکەم جار لە سان سالواتورە لە کەشتی دابەزی ناشتی.

ئەم درەختە لە ماوەی زیاتر لە چوار سەدەدا بە لایەنی کەمەوە چواردە جار بەر زەبری هەورەبرووسکە و لافاوی وێرانکەر کەوتوە و پایەداری پیشان داوە. هیچ هۆکارێک لەو هۆکارانە سەرکەوتوو نەبوون لە لەناوبردنی ئەم درەختە خۆڕاگر و ئەستورەدا، تا چەند کرمێکی بێکەڵک و بێبایەخ چوونە ناو ئەم درەختە کۆنە ساڵەوە.

کرمەکان کەم کەم بە ئارامی و لەسەرخۆیی کرۆکی درەختەکەیان خوارد. بەهۆی هێرشی ئەم ئافاتەوە درەخت تواناکەی لەدەست دا و تەسلیمی ئەو کرمانە بوو کە هیچ یەکێک لەوانە ناتوانن لە بەرامبەر زەرەیەک فشاری دوو پەنجەدا خۆیان بگرن و پان نەبنەوە).

بەڕاست وا نازانی کە ئێمەیش وەک ئەو درەختە ئەستوورە واین کە بەرەنگاری لافاوی بەهێز و کارەساتی پڕمەترسی دەبینەوە و پاشان مێشک و دڵی سالمی خۆمان بە کرمەکانی پەژارە و نیگەرانی دەسپێرین؟ کرمانێک کە بچووکتر لەوەن کە بتوانن لە بەرامبەر کەمترین فشاری دوو پەنجەدا خۆیان ڕاگرن؟

چەند ساڵێک لەمەوپێش لەسەر خواستی "چارلز شیپرد"، بەڕێوەبەری دائیرەی ڕێگەوبانی شاری

"ئایومینک" لەگەڵ دەستەیەک لە دۆستاندا بۆ سەردانی موڵکەکانی "کفلر"، سەرمایەداری گەورەی ئەمەریکی لە شار دەرچووین. شۆفێری ئەو ئۆتۆمۆبیلەی کە منی برد بەهۆی نەشارەزایی ڕێگەکەوە بە هەڵەدا ڕۆیشت و لە ئەنجامدا کاتژمێرێک درەنگتر لە هاوڕێکانم گەشتمە بەردەم بینایەکی گەورە کە بڕیار وابوو لەوێدا یەک بگرینەوە.

شیپرد کە کلیلی دەرگای سەرەکی باخەکەی لابوو کاتژمێرێک لەبەر خۆرەتاو و هەوای گەرمدا بە چاوەڕوانی مابوویەوە، لەو شوێنەدا کە مێشوولەکان نەیان دەهێشت مرۆڤ بۆ تەنها ساتێک پشوو بدات.

مێشوولەکانی ئەو جێگەیە ئەوەندە ئازاردەرن کە چەند دانەیەک لەوانە بەسە بۆ دێوانەکردنی خوێنساردترین کەس. ئەم مێشوولە ئازاردەرانە بە تەواوی بێشەرمییان نەیان توانی بوو بەسەر چارلز شیپرددا سەربکەوون.

چارلز شیپرد، لە هەلێکەوە بۆی ڕەخسابوو و سوودی وەرگرتبوو لە تویکڵی چلێکی جوانی سنەوبەر، فیکەیەکی بۆ خۆی دروست کردبوو لە تەواوی ئەو ماوەیەدا بەبێ ئەوەی گوێ بە مێشوولەکان بدات خۆی بەو فیکەیەوە خەریک کردبوو. من ئەو فیکە بچووکەم بە یادگاری پیاوێک هەڵگرتووە، کە دەزانێت چۆن گرنگی نەدات بە شتی بچووک و ناڕەحەت نەبێت.

بۆ سەرکەوتن بەسەر نیگەرانیدا پێش ئەوەی ببێتە خوو بۆتان و ژیان بە چێژتان تاڵ بکات بە وردی کار بەم دوو دەستوورەی خوارەوە بکە:

1. هەرگیز مۆڵەت نەدەیت ئەو شتە بچووکانەی کە بە ئاسانی دەتوانیت بە نەبوویان دابنێیت ژیانت لێ تێک بدەن و وێرانی بکەن.

2. لە بیری نەکەیت: ژیان کورتترە لەوانەی کە بە بچووکیان دەزانیت!

بەشی سێیەم

بەندی هەشتەم

نووسخەیەک بۆ زیاتر بنەبڕکردنی نیگەرانییەکان

یـادی ئەو ڕۆژانە بەخێـر، دەورانــی منــداڵی بــوو. مــن زۆرتــرین دەورانــی منــداڵیم لە مەزرەعەیەکــدا لە میســوری بەســەر دەبــرد. ڕۆژێکیان لەگەڵ دایکمدا سەرگەرمی وشککردنەوەی ئاڵوباڵوو بووین. لە ناکاو هـاوارم کرد و لەو نـاوە دوور کەوتـمەوە. لە دەنگی هـاواری من دایکم سەرسام بوو بە سەرسامییەوە سەیری کردم و وتی:

- دیل بۆچی هاوار دەکەی؟

بە دەنگێکی بەرز کە کەمتر لە هاوار نەبوو لە وەڵامیدا وتم:

- دەترســـم دایە! دەترســـم زینـــدەبەچاڵم بـــکەن! لەو ڕۆژانەدا لەڕادەبەدەر لە منداڵەکانی هاوتەمەنم نیگەرانتر بووم. لە کاتی لافـاودا لە هەورەبروســـکە دەترســـام و بە خـــۆمم دەوت: (بـــۆ ئـــاخری هەورەبروســـکە دەتکوژێـــت!) ســـاڵێک کە دەرامەتـــی مەزرەعە بـــاش نەبـووایە دەمـوت: (ئەم سـاڵ لە برسـا دەمـرم!)، کـاتێکیش کە ئاسـایی بـوایە دەمـوت: (دوای مـردن لە ئـاگری دۆزەخـدا دەمسـووتێنن!)، لە زۆربەی کاتەکانـدا ترسـم هەبـوو کە "سـایت وایـت" بە دوامـدا بێـت - سایت وایت منداڵێکی شەڕانی و چەقاوەسووی ئەو نـاوچەیە بـوو، کە هەڕەشەی لێ کردبووم دەبێ گوێ گەورەکانم بە چەقۆ ببڕێت. لەوە دەترسام کە لەسەر بەڵێنەکەی سوور بێت. کاتێ لەگەڵ کچێکی جوانـدا ڕادەوەستام دەترسام کڵاوەکەم لە سەر لابەرم، چون نیگەران بووم نەوەک پێم پێبکەنێت.

چون لەگەڵ ئەم ترسەدا دەژیم هیچ کچێک ئامادە نییە زەواج لەگەڵ مندا بکات، ڕۆژی یەکەم چۆن سەری باس دامەزرێنم؟ ڕۆژانە، چەند کاتژمێرێکی دوابەدوای یەک بە دوای گاسنی جووتکردنەوە دەجووڵام و بیرم لە نیگەرانی منداڵانە دەکردەوە و کاتێ بە نیگەرانییەکاندا دەچوومەوە نیگەرانییەکی تازەم دادەتاشی و بە خۆمم دەوت:

(ئەگەر ڕۆژێ بوومەلەرزە بێت چیمان بەسەر دێنێ؟)

زەمانی بێئاگابوونم لە نیگەرانی بەسەر چوو. بە تێپەڕینی زەمان کەم کەم تێگەیشتم کە 99%ـی نیگەرانییەکانی من بەبێ هۆیە. بۆ نموونە لە کۆتاییدا تێگەشتم کە هەورەبرووسکە کاری بە منەوە نییە، چونکە بە گوێرەی ئاماری ئەو ناوچانەی کە تووشی هەورەبرووسکە دەبن لە هەر 350000 نەفەر، نەفەرێک بەهۆی هەورەبروسکەوە زەرەرمەند دەبێت و ناوچەکەی ئێمە لەو ناوچانە نەبوو کە تووشی هەوربروسکە ببێت، کەواتە ئەگەری بۆ من سفر بوو.

ترسم لە زیندەبەچاڵکردن، گاڵتەیەکی تر بوو، کە بە بەرزبوونەوەی ئاستی هۆشیاری من ئەمیش لەناو چوو، چونکە لەو ڕۆژگارەدا شوێنی پاراستنی مردووەکان لە ساردخانەدا بە ڕەسمی نەبوو لە هەر دە ملیۆن یەک نەفەریش زیندەبەچاڵ نەدەکرا، چ بگاتە ئێستا کە ساردخانەکان ئامادە کراون و پزیشکانی پسپۆڕ و دەزگاکانی کۆنترۆڵکردن دابین کراون.

ئەو ڕۆژانە نەمدەزانی کە لە هەشت نەفەر یەک نەفەر بە نەخۆشی بێدەرمان و بە گران چارەسەرکردنی سەرەتان دەمرن ئەگەر بڕیار بوایە نیگەران ببم دەبوایە لەم نەخۆشیانە نیگەران بوومایە و بترسامایە، نەک لە هەورەبروسکە و بوومەلەرزە و زیندەبەچاڵکردن!

کاتێ نیگەرانییەکانی من لەناو چوون، کە ئاشنایان بووم. ئەگەر ئێمە بمانەوێ بە میانەڕەوییەک تێبگەین کە نیگەرانییەکانمان لەسەدا

چەند بوونی هەیە، بە ئەگەرێکی زۆر پێش ئەوەی کە سەرقاڵی ئەم نیگەرانییە بین لە 90%ی ئەو نیگەرانیانە بەدەست دێنین.

هەرگیز نامەوێ یاسایەکی تایبەت دابڕێژم یا هێرش بەرمە سەر بنکەیەکی تایبەت، بەڵام باسێک بە نموونە دێنمەوە کە خۆم ئاگاداری بووم. کۆمپانیای بیمەی "لوید"ی لەندەن بە نموونە دێنمەوە کە یەکێکە لە بەناوبانگترین کۆمپانیاکانی دنیا. ئەم کۆمپانیایە بە وروژاندن و نیگەرانکردنی خەڵکی دەربارەی شتێک کە هەرگیز روونادات ساڵانە ملیۆنەها دۆلار قازانجی دەکرد.

کاری کۆمپانیای بیمە ئەوەیە کە دڵنیایی و ئاسوودەیی بە ئێمە ببەخشێت کە لە ڕووداو و کارەسات ترسمان نەبێت یا بە شێوازێکی تر دەڵێت (ڕووداوێک کە تۆ باسی لێوە دەکەیت هەرگیز روونادات، ئەگەر نا ئێمە ئامادە نەبووین لە بەرامبەری شتێکدا کە ڕوودانی لە سەدا سەدە سەرمایەگوزاری بکەین). بەڵام بیمە ئەم باوەڕەی لە پاڵ وشەی بیمەدا پێشکەش کردووە. لە ڕاستیدا بیمە، هەمان مەرجی هاوسەنگی و ئاستی ناوەندە.

کۆمپانیای بیمەی "لوید"، کە نزیکەی دووسەدوپەنجا ساڵ پێشینەی کاری هەیە و ئەگەر یاسا بڕواپێکراوەکانی مرۆڤایەتی گۆڕنکاری بەسەردا نەیەت لەوانەیە لە سەدەکانی داهاتوودا بە تەواوەتی توانای خۆی بخاتە گەڕ، بە جۆرێکی وەها چالاکییەکانی فراوان بکات کە کڵاو و پێڵاو و قاپوقاچاخیش لە بەرامبەر زکرەیاتێک کە بە تەواوی لە یاسای (ئاستی ناوەند) دەچێت ئەوەندە گرنگی نییە، بیمە بکات.

ئەگەر بە سەرنجێکی تەواوەوە سەرنج بدەینە یاسای (ئاستی ناوەند)، دەگەینە ڕاستییەک کە دەمان هەژێنێت و سەرسام دەبین بۆچی تا ئێستا لێی بێئاگا بووین؟ بۆ نموونە من لە ڕابردوودا ئەگەر دەمزانی کە لە پێنج ساڵی داهاتوودا لە جەنگێکی خوێناوی وەکو جەنگی گیتبورگ بەشداری دەکەم، بە دڵنیاییەوە جۆرە ترسێکم لێ

دەنیشت کە بە ناچاری بڕیارم دەدا واز لە کارەکانی دنیای خۆم بێنم و بە خۆمم دەوت چۆن دەتوانم بە زیندوویی لەم جەنگە خوێناوییە بگەڕێمەوە؟ بە شێوەیەکی سروشتی بڕیاری ئەوەم دابوو کە چێژ لەو تەمەنە وەربگرم کە ماوەتەوە.

بەڵام دوای ڕوودانــی جەنگــی گیتبــورگ بە ســەرنجدانی ژمــارەی تیاچووان کە 163000 نەفەر بوون تێگەیشتم کە بە لەبەرچاوگرتنی یاسای ئەگەری مردن تا تەمەنەکانی 50 و 55 ساڵ کە هاوتای ئەم ژمارەیەیە ڕووداوای ناقۆلا و نیگەرانکەر ڕووی نەداوە. واتە لە نێوان ئەو هەموو مرۆڤانەدا لە سەد ئەگەری مردن هەر ئەو ڕێژەیە بوو کە لە ڕاستیدا مردن و منیش لە کۆمەڵەی ئەو کەسانە نەبووم کە ئەبوایە ئەگەری مردن بەسەرمدا بسەپێت.

چەند بەندێکی ئەم کتێبەم لە کەنارەکانی دەریاچەیەکدا نووسی، کە دەکەوێتە ناوچەیەکی شاخاوی کەنەداوە. لە هاوینێکدا کە لێرە بووم لەگەڵ ژن و پیاوێکدا (هربرت سالینجر) ئاشنا بووم کە لە خەڵکانی سانفرانسیسکۆ بوون.

ڕۆژێکیان دەمەو عەسر لە خانمی سالینجرم پرسی کە ژنێکی سالار و بە هەیبەت بوو: (بەڕاست تۆ تا ئێستا نیگەران بوویت؟) خانمی سالینجر وەک ئەوەی چاوەڕوانی ئەم پرسیارە بێت وتی: (نیگەران؟ بەڕاست... من پێش ئەوەی ڕێگەی زاڵبوون بەسەر نیگەرانیدا فێر بم، خەریک بوو ژیانی خۆم بە نیگەرانی وێران بکەم. پانزە ساڵ لە تەمەنم لە دۆزەخی سووتێنەردا بەسەر برد کە خۆم بە دەستی خۆم دروستم کردبوو.

بە ئەنــدازەیەک ڕەفتــار ناشــیرین و بــێ ئــارام بووبــووم کە بە بچــووکترین ڕووداو لە خــۆم دەردەچــووم و کەللەیــی دەبــووم و دەوروبەرەکەشم نیگەران دەکرد. بۆ نموونە هەر هەفتەیەک بە پاس لە ماڵی خۆمانەوە، کە لە سان ماتیو بوو بۆ فرانسیسکۆ دەچووم تا

ئەو شتانەی کە پێویستمان بوو بیکڕم و کارەکانم بەئەنجام بگەیەنم. بەڵام بە گەشتنم بە فرانسیسکۆ و دەستکردنم بە کاری کڕین نیگەران دەبووم، کە نەوەک کارەبای ئوتووەکەم نەکوژاندبێتەوە و لە نێوان جلوبەرگەکاندا دامنابێت و ماڵەکە ئاگری تێبەربێت یا خزمەتکارەکەم لە ماڵ بچێتە دەرەوە و منداڵەکانم بە تەنیا بەجێ بهێڵێت، نەوەک منداڵەکان سواری پاسکیلەکەیان ببن و لە شەقامەکاندا ئوتۆمۆبیل بیانکات بە ژێرەوە! ئەم بابەتانە و لەم شێوازە بابەتانە دەبوونە هۆی ئەوەی کە کڕینەکەم نیوە و ناتەواو بەجێ بهێڵم و بگەڕێمەوە ماڵەوە.

جێگەی سەرسوورمان نییە بەهۆی ئەم دابونەریت و شێوە بیرکردنەیەمەوە زەواجی یەکەمم نەگەیشتە ئەنجام و شکستی خوارد.)

سەرم لە خانمی سالینجر سوورِ دەما کە ئەوەندە بە ئاسانی دەربارەی نیگەرانییەکانی خۆی دەدوا. دەمویست پێم بڵێت کە چۆن لە شەڕی ئەو ئافاتە ڕزگاری بووە.

(... مێردی دووەمم وەکیلی دادگا بوو. ئەم پیاوە زۆر ورد و خوێنسارد بوو، کەمتر مشەوەش دەبوو. هەر کاتێ من نیگەران دەبووم دەیوت:

(بە گوێرەی یاسای ئاستی ناوەند ئایا هۆکاری ڕوودانی نیگەرانی تۆ ژیرانەیە یا نا؟) ماوەیەک لەمەوپێش لە یەکێک لە جادە خاکییەکانی مەکسیکی تازەدا لە کەشوهەوایەکی باراناویدا سەفەرم دەکرد حاڵەتێکی سەرسوڕهێنەرم بۆ هاتە پێش.

ئوتۆمبێلەکەم بەملاولادا دەخزا و لە دەستم وەرگیرا بوو. دڵنیا بووم کە ئوتۆمبێلەکەم دەکەوێتە یەکێک لە شیوەکانی کەنار جادە و وەردەگەڕێت. ئیتر نەمدەتوانی خوێنساردی خۆم بپارێزم. بەڵام مێردەکەم بە منی دەوت: (زۆر بە هێواشی لێدەخوڕی! دڵنیا بە هیچ

ڕووداوێکی ترسناک ڕوونادات. بەم خێراییەی کە تۆ هەتە بە گوێرەی یاسای ئاستی ناوەند ئەگەر بکەوینە ناو شیوەکانی کەنار جادەشەوە زۆر زەرەرمەند نابین).

خوێنساردی و دڵنیایی ئەو ئارامی بە مـن بەخشـی و تـوانیم بە تەواوی دەست بەسەر جووڵەی ئوتۆمبێلەکەدا بگرم، بەبێ ئەوەی هیچ زەرەرمەند ببین).

خانمی سالینجر بەهۆی ئەو کاریگەرییە واقیعیانەی کە مێردەکەی لەسەری هەیبوو هەوڵی دەدا ئەو ڕووداوانەی کە بەهۆی نیگەرانی و پەشێوییەوە سەریان هەڵداوە بە یاد بێنێتەوە و بۆم بڵێت: (... هاوین بوو. بە تـواوەتی نـایەتە بیـرم چەند ساڵ لەمەوپێش بوو، بەڵام وا نازانم دە ساڵی بەسەردا ڕۆیشتبێ، بەڵام بەهەرحاڵ زەمان گرنگ نییە، کار و کاردانەوە گرنگە. لە جێیەکدا چادرەکەمان هەڵدابوو کە لە ئاستی دەریاوە حەوت هەزار پێ بەرز بوو. شەوی دووەم یا سێیەم بوو کە زریان و لافاوێکی بەهێز دەستی پێ کرد.

ئەوەنـدە بەهێـز بـوو خەریـک بـوو چـارەکەی ئـێمە لەبـن بێنـێ. چـادرەکەی ئـێمە و چادرەکـانی تـریش بەهـۆی گوریسـەوە بە مێخـی داریـن کە بە کەنـاری سـەکۆیەکی تـایبەت بە چـادرەکە بە زەویـدا داکوترابـوون بە تونـدوتۆڵی بەسـترا بـوو. ڕەشـەبا بەشـی دەرەوەی چادرەکانی بە توندی دەلەراندەوە. فشاری لافاو بە ئەندازەیەک بوو کە لەوە دەترسـاین چـادرەکە بەو هەمـوو پتەوییە لەبـن بێنـێ. ئەگەر چادرەکە لەبن بهاتایە لەوانە بوو ئێمەیش بۆ قووڵایی شیوەکە ڕاپێچ بکات.

لە ترسـانـدا دەلەرزیـم. ئەم جـارەش مێـردەکەم بە ئـارامی و خوێنسـاردی خـۆی بە هانـامەوە هـات. ئەو بـۆ دڵـدانەوەی مـن وتـی: (ئازیزم بۆ نارەحاتی؟ ئەوە ناهێنێ ئافرەتێکی بەئاگای وەکو تۆ خۆی نارەحەت بکات! ئێمە بە ڕێنمایی کۆمپانیای "بروستر" هاتووینەتە ئێرە.

بە دڵنیاییەوە ئەوانە دەزانن دەبێ چی بکەن. ساڵانێکە لەم ناوچەیەدا چادر هەڵدەدەن و جگە لە ئێمە لە وەرزە جیاوازەکانی ساڵدا کەسانێکی زۆر هاتوونەتە ئێرە و دیسانەوەش دێن و بە دڵنیاییەوە زریان و لافاویش ئەمە یەکەم جاری نییە کە بووبێتە کۆسپ و تەگەرە و کەسانێکی زۆر بە خۆیەوە گیرۆدە بکات.

من دڵنیام چادرەکە زەرەرمەند نابێت، خۆ ئەگەر زەرەرمەندیش بوو ئەوا دەچینە چادرێکی ترەوە! بەهەرحاڵ، کەسانێک کە سەلامەتی ئێمەیان دابین کردووە بە نەزانی و ناشارەزایی ئەو کارەیان نەکردووە!) وتە مەنتقییەکانی ئەو کە بە خوێنساردی دەهاتنە سەر زمان، منیان قایل کرد و توانیم بە بیرێکی ئاسوودەوە شەو بە ڕاحەت بخەوم. بەرەبەیان کە لە خەو هەستام زریان و لافاوەکە داکشابوو، ئێمەش پشووەکەمان بە خۆشی و ئارامی بەسەر برد.

باسێکی تریش کە دێتەوە یادم، بڵاوبوونەوەی نەخۆشی ئیفلیجی منداڵان بوو. چەند ساڵێک لەمەوپێش لە بەشێکی وڵاتی کالیفۆرنیا ئەم نەخۆشییە بڵاوبوویەوە، کە بوونی ئەگەری ترس لەسەر خانەوادەی من نەبووە هۆی نیگەرانبوونم لە کاتێکدا کە ئەگەر چەند ساڵ لەمەو پێش بووایە بە دڵنیاییەوە نیگەران دەبووم.

هەڵبەتە پێشینەی نیگەرانی خولقابوو، بەڵام ئەمجارەش مێردەکەم پێش ئەوەی دەستەخۆشەی نیگەرانی ببم ئاگاداری کردمەوە. بە ئامۆژگاریکردنی منداڵەکان و پارێزگاری لێکردنیان و ئاگادارکردنەوەیان بە دوورەپەرێزیان لە منداڵانی تر.

هەڵبەتە لە دوایدا پەیوەندیمان بە وەزارەتی تەندروستی کالیفۆرنیاوە کرد و لە ئەنجامی ئەو پەیوەندیەدا دەرکەوت لە ناهەموارترین کاتی بڵاوبوونەوەی ئەم نەخۆشییە لە سەرانسەری کالیفۆرنیا تەنها 185 منداڵ گیانیان لەدەست داوە لە کاتێکدا کە توانای بەرگری و دەرمان و چارەسەرکردن بەم شێوەیەی ئێستا

نەبوو، ژمارەی تیاچوان لە دووسەد سێ سەد نەفەرێک تێپەڕی نەکردبوو.

بە سەرنجدان لەم ئامارە ورد و بەڵگە زانستیانە دەرکەوت کە نیگەرانی من بێهوودەیە. بەم شێوەیە بە لەبەرچاوگرتنی یاسای ئاستی ناوەند بە لایەنی کەمەوە 90%ـی نیگەرانییەکانم لەناو چوو. بە لەبەرچاوگرتنی ئەم یاسایەیە کە دەتوانم بڵێم بیستساڵی کۆتایی ژیانی من بە ئومێدەواری و خۆشی و خەیاڵی ئاسوودەوە بردووەتەسەر).

ژەنەراڵ (ژرژ روک)، کە یەکێکە لە گەورەترین جەنەراڵە جەنگ دیدەکانی ئیتالیا لە ئەمەریکا، باسی ژیانی خۆی لە کتێبێکدا بە ناوی "باسی ژیانی من" نووسیویەتی لە لاپەڕە 77ی ئەم کتێبەدا ڕای خۆی دەربارەی خەڵکی وڵاتەکەی بەم شێوەیە کورت دەکاتەوە:

زۆرتر نیگەرانی و ناکامیەکانی خەڵکی ئیتالیا، گومان و دروستکراوی بۆچوونی خۆیانە. بۆچوونی نیگەرانیهێنەری ئەوانە لەگەڵ ڕاستییەکانی ژیاندا ناگونجێن و پەیوەندییان بە ڕاستییەکانەوە نییە. کاتێ بۆ ڕابردوو دەگەڕێمەوە دەبینم کە لە ڕاستیدا سەرچاوەی نیگەرانییەکانی منیش هەمان بۆچوونی بێ هوودە و گومان و بیروبۆچوونی ناڕاست بووە.

" جیم گرانت"، کە بەڕێوەبەری کۆمپانیایەکی گەورەیە لە نیویۆرک، بۆی باس کردم کە ئەویش بە دەردی نیگەرانییەوە گیرۆدە بووە. ئەو دەیووت:

(کاتێ دە پانزە فارگۆن پرتەقاڵ و ترێم بۆ فلۆریدا دەنارد، نیگەرانی ئەوە بووم و دەترسام فارگۆنەکان لە جووڵە بکەون و ئەو میوانەی کە داوایان کردبوو نەگاتە بازاڕ و نەتوانم لە کاتی خۆیدا دابەشیان بکەم. بیرم لەوە دەکردەوە ئەگەر ڕێگەی فارگۆنەکان خراپ بێ و

سەربەرەوخوار بێت چی ڕوودەدات؟ ئەمە لە کاتێکدا بوو کە بارهەڵگرەکەی من بیمە بوو. بەهۆی وەها بیرو بۆچوونێکەوە ئەوەندە ناڕەحەت و نیگەران بووم کە وامدەزانی تووشی برینی گەدە بووم.

ئازار ئارامی لێ بڕیبووم، بە ناچاری بۆ لای پزیشکی پسپۆڕ ڕۆیشتم، پزیشکەکە دوای ئەوەی بە وردییەوە پشکنینی تەواوی بۆ کردم وتی: جگە لە گرژی دەمارەکانی مێشک هیچ دەردێکی تر شک نابەم، ئەم دەردە سەرچاوەی هەموو دەردەکانە.

قسەی پزیشکەکە کەمێک هێنامیەوە سەرخۆ و لە خۆمم پرسی: (لە ماوەی ئەم چەند ساڵەدا کە تۆ خەریکی ئەم کارە بووی چەند فارگۆن میوەت بۆ بارکراوە؟) لە وەڵامی خۆمدا وتم: (زیاد لە بیستوچوار هەزار فارگۆن!)، ئەو کات پرسیم: (لەم ماوەیەدا چەند فارگۆن خراپ بووە؟) لە وەڵامدا (تەنها پێنج فارگۆن.)

ئێستا کاتی ئەوە هاتووە کە شیکردنەوەیەکی باشی بۆ بکەم:

(بەهۆی کرداری کۆکردنەوە و لێکدانێکی سادەوە، واتە لە هەر پێنج هەزار فارگۆن یەک فارگۆنی خراپ بوو! بە بڕوای تۆ بە لەبەرچاوگرتنی یاسای ئاستی ناوەند کە یاسایەکی زانستییە ئەگەری مەترسی لە پێنج هەزاردا یەک هەیە، ئایا دەبێت بۆ ڕێژەیەکی کەمی ئاوەها نیگەران بین؟ بە دڵنیاییەوە نەخێر).

ئەی بۆچی نیگەرانی؟

ئەگەر پلە و پێچەکانی فارگۆنەکە خراپ بوون؟

ئایا تا ئێستا شتی وا ڕویداوە؟

نەخێر، لە بیرم نییە شتی وا ڕووی دابێت.

(نابێ ناڕەحەت ببی و بە کەسێکی گێلۆکەت بزانن، بۆ شکاندنی پلەیەک کە تا ئێستا شتی وا ڕووی نەداوە، وەرگەڕان و خراپ بوونی

فارگۆنێـک کە لە هەر پێنج هەزار یەک دانە ئەگەری خراپبـوونی هەیە ئەوەنـدە هەسـت بە نیگەرانـی دەکەیـت کە خۆتـت خسـتووەتە ئەم ڕۆژەوە؟)

مـافی خـۆتە! (ئەگەر دەتەوێ بە گێلییەتـی تۆمەتبـارت نەکەن دەبـێ واقیعبـین بیـت. بەڵـێن دەدەم واز لەم بیروبۆچـوونە بێهـودانە و نیگەرانییە وەهمیانە بهێنم! هەر وایشم کرد).

بە وتەی "ئـال اسـمیت" فەرمانـداری نیویـۆرک، کە لە بەرامـبەر هێرشی دوژمنانی سیاسی خۆی جار جارێ دەیوت:

(وەرن بـا هەموومـان پێکەوە بە ڕابردووەکانمانـدا بچینەوە!)، دوای ئەوە حەقایقەکـانی خستە ئەستۆی خۆیـانەوە، ئێمەیش لەمەودوا هەر کـاتێ دەربـارەی شـتێک نـیگەران بـووین باشـتر وایە کـار بە وتەکەی "ئال سمیت" بکەین. پێش چەشتنی ئازار لە بەرامـبەر نیگەرانیدا باشـتر وایە بە وردی بە کێشـــە و ئاســـتەنگەکاندا بچیـــنەوە و هـــۆی سەرهەڵدانیان بزانین، ئەو کاتە بڕیار بدەین کە مافی خۆمـانە نـیگەران ببین یـا نـا! " فردریـک ماهلشـد" یەکێک لەو کەسـانە بـوو کە کـاری بە وتەکەی فەرمانـداری نیویـۆرک کـرد و ئەنجـامێکی گەورەی بەدەسـت هێنـا. داسـتانەکەی بەو شـێوەیەی کە خـۆی نەقڵـی کـردووە و مـن لە زمانی خوێندکارەکانی شەوانەیەوە بیستوومە بۆ ئێوەی نقڵ دەکەم.

(... سەرەتای مانگی حوزەیرانی ساڵی 1944 بـوو. لە نورمانـدی لە سەنگەرێکی قووڵدا لە بۆسەدا بووم. کاتێ بە وردی سەیری ئەم چاڵە قووڵانەم دەکرد بە خـۆمم دەوت: (بە تەواوی لە قەبر دەچێت!) کـاتێ دەچوومە نێو سەنگەرەکەوە هەستم دەکرد لەناو قەبردام. نەمدەتوانی ئەم بیرە لە خۆم دوور بخەمەوە (سەنگەری قووڵ قەبری منە).

کـاتژمێر یـانزەی شـەو کە بۆمبهاوێژەکـانی ئەڵمانیـا دەسـتیان بە بۆمبـاران کـرد لە ترسـا دەلەرزیـم و چەنـد شـەوێک دوای هەر

هێرشـێک خەو نەدەچـووە چـاومەوە. شـەوی چـوارەم و پێـنجەم دووچـاری گـرژی دەمارەکـانی مێشـک بـووم "عەسـاب". دڵنیـا بـووم ئەگەر ئەم حاڵە درێژە بکێشێت شێت دەبم. دوای ئەوە بوو لەناکاو بە خۆمدا هاتمەوە و بە خۆمم وت:

(پێنج شەو بەبێ هیچ مەترسییەک تێپەڕی، من هێشتا زیندووم، بە سالمی و تەندروستی هەناسە دەدەم. جگە لەمەش تەنها دوو نەفەر لە هێـزەکەی ئـێمە بە ڕووکەش برینـدار بـوون ئەوانـی تـر سـاغ و سەلامەتن.) لە ڕوانگەی ئەم مەرجانەوە نیگەرانییەکی ئەوتۆ لە ئارادا نییە و بۆ نیگەرانییە بچووکەکانیش دەبێ ڕێگەیەک بدۆزمەوە. بەم بیرۆکەیە سەقفێکی دارینی پتەوم بۆ سەنگەرەکەم دروست کرد، بۆ خـۆ پاراسـتن لە پـارچەی بۆمبەکـان. دوای جێگیربـوونم لە ژێـر ئەو سەقفە توندوتۆڵەدا بە خۆمم وت:

(تەنها مەترسییەک، کە دەتوانێت بمترسێنێت دارمـان و پێداکێشـانی بـۆمبێکی ڕاسـتەوخۆیە بە سـەرنجدانێکی ژمـارەی ئەو بۆمبـانەی کە دەهـاوێژرانە ئەو نـاوچەیە لەوانەیە لە دە هەزار بۆمـب یەک بۆمـب وەها حاڵەتێکی هەبێت کە ڕاستەوخۆ بەر سەنگەرەکەی من بکەوێت، کە کەمتـر لە ژمـارەی ئەو بۆمبـانە لە تەواوی ماوەکـانی جەنگـدا هـاوێژرانە نـاوچەکەی ئێمەوە. واتە بە لەبەرچـاوگرتنی یاسـای ئاسـتی ناوەند هیچ مەترسی نەدەمـایەوە. دوای ئەم بیرکردنەوەیە و تێپەڕینی چەند شەو بە ئەندازەیەک ئارامم گرتبوو کە هەتا لە کـاتی بۆمبـارانی خەستیشدا خەوم لێ تێک نەدەچوو).

وەزارەتـــی دەریـــاوانی ئەمەریکـــا هەر مـــاوەیەک جـــارێ بـــۆ دڵنیـاکردنەوەی مەلەوانـان ئامـارێکی لە ئاسـتی ناوەنـدی مەترسـی و تیاچوونی مەلەوانەکان بڵاو دەکردەوە. ئامـانج لە بڵاوکردنەوەی ئەم ئامارە بۆ بەخشینی ئارامی بە مەلەوانەکان بوو.

مەلەوانێکی دێرینی بەئەزموون بۆی باس کردم:

(... مـــن و هاوڕێکـــانم بـــۆ یەکەم جـــار بـــوو کە بـــوو بـــووین بە لێپرســـــراوی کەشـــتییەکی بەنزینهەڵگـــر بـــۆ هێـــزی هەوایـــی. لەم بەرپرسیاریەدا من لە هەموویان زیاتر نارەحەت بووم لەگەڵ ئەوەشدا بیرم دەکردەوە ئەگەر کەشتییەکەی ئێمە کە هەڵگری نەنزینی فڕۆکەیە بەر لێشـــاوێکی بۆردوومـــان بکەوێـــت ئەوا تەقیـــنەوەیەکەی ئەوەنـــدە بەهێز دەبێت کە تەواوی سەرنشینەکانی لەتوپەت دەکات).

مەلەوانە بەئەزمـــوونەکە لێـــرەدا هەڵوێســـتەیەکی کـــرد و یەکـــێ لە بڵاوکراوەکانی وەزارەتی دەریایی نیشان دام و وتی:

(ئەم بڵاوکـــراوەیە لە ڕاســـتیدا لەو لێپرســـراوەیەدا منـــی لە نیگەرانـــی ڕزگار کرد. ئێرە بخوێنەرەوە.)

وەزارەتـــی دەریـــاوانی کە لە پەشـــێوی مەلەوانـــان بەئاگـــا بـــوو بـــۆ قەلاچۆکردنی نیگەرانی ئەوانە ڕایگەیاندبوو:

لە هەر ســـەد کەشـــتی نەوتکێش کە بەر هێـــرش کەوتـــوون شەســـت کەشتییان نوقمی دەریا نەبوون. چل کەشتییان نوقمی دەریـــا بـــوون لە نێـــوان چـــل کەشـــتییە نوقمبووەکانـــدا تەنهـــا پێـــنج کەشـــتی کەمتـــر لە دە خـــولەک چـــوونەتە ژێـــر ئـــاوەوە. بەم ڕێزبەنـــدییە دەتـــوانین بگەیـــنە ئەو ئەنجـــامەی کە بـــواری تەواو هەیە بـــۆ ڕزگـــاربوونی مەلەوانەکـــان و تەواوی سەرنیشـــین و کارگوزارەکـــانی کەشـــتییەکە. ژمـــارە و ئەگەری تێداچوان لە لای بەرپرسان زۆر کەم کرا بووەوە.

لەو مەلەوانەمان پرسی:

ئەم ئامارە چ کاریگەرییەکی لەسەر ئێوە هەبوو؟

مەلەوانە بەئەزمـــــــوونەکە وەڵامـــــــی دایەوە: (ئەم ئامـــــــارە دوای بەئاگـــابوون لە یاســـای ئاســـتی ناوەنـــد لەســـەر دەروونـــی هەر یەکە لە ئـــێمە کـــاریگەرییەکی زۆر ئیجـــابی بەجـــێ هێشـــت و تێگەیشـــتین کە بە

پێچەوانەی ئەوەی بیرمان لێ دەکردەوە مەترسی مردن و تێداچوون زۆر کەمە).

لە کۆتایی ئەم بەندەدا بۆ بەرەنگاربوونەوەی نیگەرانییەکان پێش ئەوەی بتوانێت بەسەر ئێوەدا زاڵ بێت، کار بەم دەستوورانە بکەن:

بابەتی نیگەرانی لە هەر ئانوساتێکدا بخەنە ژێر چاودێرییەوە.

لە خۆتان بپرسن: بە لەبەرچاوگرتنی یاسای ئاستی ناوەند لە سەدا چەندی ئەو شتەی کە نیگەرانی کردووم ڕوودەدا؟

دوای ئەم پرسیارە وەڵامی خۆتان بدەنەوە: ئایا هۆشمەندانە و ژیرانەیە بۆ شتێک کە ڕوو نادات نیگەران بم؟

بەندی نۆیەم

{نەرمونیانی و ملکەچبوون لە بەرامبەر ناچاری}

زەمانێک کە کوڕێکی منداڵ و بچووک بووم، وەک پیشەی هەمیشەییم لەگەڵ دۆستان و هاوتەمەنانی خۆمدا لە نهۆمی سەرەوەی بینایەکی وێران یاریم دەکرد. ڕۆژێک لە کاتی یارییەکی منداڵانەدا لە دەلاقەی پەنجەرەی بیناکەوە بازم دایە حەوشی بیناکە. موستیلەیەک کە لە پەنجەی دەستی چەپمدا بوو لە کاتی بازداندا لە نینۆکم گیری کرد و گۆشت و پێستی پەنجەمی کەند.

دەنگی گریانم بەرز بوویەوە. لە ترسی خۆم هەڵدەلەرزیم. لە کاتی جێبەجێکردنی کاری جەراحیدا ئەوەندە ترسناک ئەهاتە پێشچاوم، کە وام ئەزانی ئیتر دەمرم. بۆ چارەسەرکردنی من بە ناچاری ئەو پەنجەیەیان بڕیم. بەڵام لە دوای ئەو بەسەرهاتە تەنها ساتێک بۆ ئەو پەنجەیەی کە لەدەستم دابوو بەداخ نەبووم، ئێستاش هەندێ جار دێتەوە یادم کە دەستی چەپی من زیاد لە پەنجە گەورە و سێ پەنجەی تر نییە.

چەند ساڵ لەمەوپێش پیاوێکم بینی کە دەستی لە مووچەوە قرتا بوو. لێم پرسی ئایا بەداخ نیت بۆ قرتانی دەستت؟ ئەو پیاوە زۆر بە ڕاشکاوانە لە وەڵامدا وتی:

(نەخێر، بەڕاستی زۆر بە کەمی بیری لێ دەکەمەوە. کاتێ تەنها م و ناچارم کارێکی وەک دروومان ئەنجام بدەم و دەزوو بە دەرزییەوە بکەم بەئاگا دێمەوە کە دەستێکم قرتاوە).

ئەو پیاوە ڕاستی دەوت، چـون مـرۆڤ ئەگەر بیەوێت دەتوانیـت پێشوازی لە پێشهاتەکان بکات و دژوارییەکان لە بیر بەرێتەوە. شتە نەگونجـاو و ناقۆلاکـانیش بە خێرایـی تەزووی کارەبـا شـایەنی لەبیربرنەوەیە تەنها بەو مەرجەی بە (غیر ممکن و لا عیلاج) قایل بین: مـن هەرگیز ئەو نووسراوە لە بیر ناکەم کە لەسەر یەکێ لە دیوارە ڕووخاوەکانی سەدەی پانزەهەم لە "ئەمستردام"ی هۆڵەند چەسپ کرا بوون:

(هەر ئەمەیە و ناتوانێت لەمە زیاتر بێت).

هەموو یەکێ لە ئێمە لەگەڵ پێشهاتەکان و ڕووداوەکاندا ڕووبەڕوو دەبینەوە کە لە بەرەنگاربوونەوەیاندا چارەیەکمـان نییە جگە لەوەی پێی قایل بین (هەر ئەمەیە و ناتوانێت لەمە زیاتر بێت.) لێرەدا ئێمەین دەبێ لەگەڵ ڕووداوە بێچارەکانـدا خۆمـان بگـونجێنین یـا دژایەتیـان بکەیـن و دەسـت بـدەینە کـاری گوسـاخانە و ژیـانی خۆمـان نـابووت بکەین و لە کۆتایدا خۆمـان تووشـی هەڵچـوونی دەروونـی (عصبی) بکەین.

ئەم پەنـدە داناییـانە لە "ولیـام جیمـز"، کە خـاوەن بیـروڕای پەیوەندیدارە بە باسەکەمەوە ببیستن کە دەڵێت:

(بەو شێوازە ڕووداوەکان وەرگرن کە هەیە و خۆت ئامادە بکە بۆ قایلبوون پێیان، لەگەڵ ئەوەشدا قایلبوون بە ڕووداوێک کە ڕوویداوە یەکەم هەنگاوی سەرکەوتنە بەسەر ئەنجامە دەردناکەکاندا).

" ئەلیزابت کونلی" دانیشتوی شەقامی چلونۆی پورتلند، لە نامەیەکدا کە بـۆ منـی نووسـی بـوو پیشـانی دەدات کە چـۆن دەتوانیـت لەگەڵ ڕووداوە ناهەموارەکانـدا ڕێـک بکەویـت. نـامەکەی بە وردی بخوێنەرەوە:

(... لە ڕۆژانێکدا، کە ئەمریکاییەکان بۆ سەرکەوتنی سوپاکەیان لە بیابانی ئەفەریقادا ئاهەنگیان دەگێڕا، لە وەزارەتی بەرگرییەوە هەواڵی نادیاربوونی برازاکەمیان ڕاگەیاند، کە من پەیوەندییەکی زۆر توندوتۆڵم لەگەڵیدا هەبوو لە تەلگرافێکی تردا هەواڵی مردنیان ڕاگەیاند. بە زانینی هەواڵی مردنی برازاکەم کە زۆر پەیوەست بووم پێیەوە ژیان بە شێوەیەک تاڵ بوو بوو لە لام و خەم و خەفەت بەرۆکیان گرتبووم، کە ئەگەر بڵێم شەو و ڕۆژم لێک جیا نەدەکردەوە باوەڕ بکەن. تا ئەو کاتە تەواوی دڵخۆشییەکانی من لە ژیاندا ئەوە بوو کە برازاکەم بەو شێوەیەی کە دەمەوێت ڕێک بخەم و بیگەیەنمە شوێنێکی شایستە و گرنگ لە ژیاندا لە ڕاستیدا ئەویش زۆر بە باشی وەڵامی بۆچوونەکانی منی دابووەوە و ئومێدەواری کردبووم کە لە هەوڵ و تەقەلاکانم لە پێناوی ئەودا و ئەو ئامانجەی کە هەمە بەدەستی بێنێ.

بەلام ئەو تەلگرافە نەعلەتییە هەموو شتێکی لەناو برد. تەواوی ڕۆژە شیرینەکانمی وەک بڵقی سەرئاوکەوتوو لێ کرد. لەوە بە دوا لە کار دابڕام. لە دۆستانم دوورەپەرێزیم دەکرد. ئەوەندە ئەم کارەساتە جەرگبڕە کاری تێکردبووم کە بە تەواوەتی خۆمم ون کردبوو. بە خۆمم دەوت: (بۆچی برازا خۆشەویستەکەمیان لە من دابڕی؟ چۆن ئەو گەنجە بەتوانا و بەجەرگەی لە مەیدانەکانی جەنگدا کوژراوە لە بیر بەرمەوە؟) بە بێئاگایی جەستەم بە خەم سپارد. نەمدەتوانی باوەڕ بەم کارەساتە بکەم. کاریگەرییەکی ئەوتۆی لەسەر بەجێ هێشتم کە لە دۆست و ئاشنا دوورەپەرێز بم و ئاگری دووری ئەو بە فرمێسکی حەسرەت بکوژێنمەوە.

کارەساتەکە بەم شێوەیە بەردەوام بوو تا ڕۆژێ بەبێ ئامانج سەرگەرمی پاککردنەوەی مێزەکەم بووم. لەو کاتەدا ئاگام لە هیچ شتێک نەبوو، چاوم بە نامەیەک کەوت کە چەند ساڵێک لە نووسینی

بەسەر چووبوو ماوەیەک دەبوو کە ئەو نامەیەم لەبیر کردبوو. ئەو نامەیە برازا ئازیزەکەم -هەر ئەو برازایەی کە لە جەنگدا کوژرا- چەند ساڵ لەمەوپێش لە کاتی مردنی دایکمدا بۆ دڵدانەوە و سەرەخۆشیکردنی من نووسی بووی.

لەو نامەیەدا برازاکەم نووسی بووی:

(هەموو یەکێ لە ئێمە بۆ لەدەستدانی ئازیزان بەداخین، بەڵام حاڵەتی تۆ جیاوازە، دڵنیام تۆ دەتوانیت تەحەمولی ئەم بارە قورس و خەمئامێز و دابڕانە بکەیت. هەرگیز ئەو پەندە گرانبەهایانە لەبیر ناکەم کە بە منت داوە لەگەڵ ئەوەشدا کە زۆر دوورم لێتەوە هەمیشە لە یادمدایە، کە هۆشیارت دەکردمەوە کە زەردەخەنە لێوەکانم بەر نەدات و پیاوانە ڕووبەڕووی ڕووداوەکان ببمەوە و پێشوازیان لێ بکەم).

ئەو ڕۆژە ئەم نامەیەم چەند جارێک خوێندەوە. هەتا جارێکیان هەستم دەکرد نووسەری ئەم نامەیە کە برازا ئازیزەکەم بوو لە پەنامدایە و دەڵێت: (تۆ بۆچی بەوەی کە فێرت کردووم کار ناکەیت؟ مەگەر نەتوتبوو ئارامت هەبێ؟ تۆیش ئارامت هەبێ. شتێکی زۆر گران نییە).

بەم ئاخاوتنە خەیاڵییەی برازاکەم خەفەت و پەشێوی زۆر بێبایەخ بوون لە لام و بە خۆمم وت: (من ناتوانم ئەوانە بگۆڕم، بەڵام دەتوانم بەو شێوەیەی کە ئارەزووی ئەو بووە تەحەمولیان بکەم و شان بدەمە ژێریان).

بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی ئەم حاڵەتە تەواوی توانا و بیرم خستە کارەوە و ڕێگایانێکم دۆزییەوە کە لەو ڕستەیەوە بوو کەوتمە نامەنووسین بۆ سەربازانێک کە نەمدەناسین، لە پۆلەکانی شەوانەدا ناوم نووسی و خۆمم بە کاری تازەوە سەرقاڵ کرد و لەگەڵ دۆستاندا سەرگەرم بووم.

ئەم کارانە وەها گۆڕانکارییەکیان هێنایە ژیانمەوە کە جێگەی باوەڕ نەبوو. ئێستا گەیشتوومەتە ئەو ڕایەی کە بۆ ڕابردوویەک کە ناگەڕێتەوە دڵگران نەبم، هەموو ڕۆژێ هەر بەو شێوەیەی کە برازاکەم خواستوویەتی بە ئاسوودەیی پێشوازی لە ڕووداوەکان دەکەم.

" ئەلیزابت کونلی" خاڵێکی بەدەست هێنا، کە هەر یەکێ لە ئێمە درەنگ یا زوو پێی دەگات بەهۆی برازا کوژراوەکەیەوە تێگەیشت کە دەبێ لەگەڵ ڕووداوی بێچارەدا خۆمان بگونجێنین و هەروەها (هەر ئەمەیە و ناتوانێت جگە لەمە بێت.)

لەوانەیە بەبێ بەڵگە نەبێت کە پاشاکانیش ڕێیان کەوتووەتە ئەم خاڵە بۆ نموونە لەسەر دیواری کتێبخانەیەکی قەسری ژرژی پێنجەم دەیخوێنینەوە:

(فێریان کردووم کە نەگریم بۆ مانگی ڕابردوو و شیری ڕژاو.)

"شوپنهاوەر" ئەم خاڵە دووپات دەکاتەوە و دەڵێت: (خۆبەدەستەوەدانی ڕووداوە بێچارەکان باشترین تویشووی سەفەری ژیانە).

تەنها ڕووداو و پێشهاتەکان نین کە خۆشبەختی و بەدبەختی بۆ ئێمە دەستەبەر دەکەن، بەڵکوو چۆنیەتی کاردانەوەی ئێمە لە بەرامبەر پێشهاتەکاندایە، کە هەستی باش یا خراپ دێنێتە ئاراوە. عیسای مەسیح سەلامی خوای لەسەر بێت دەڵێت: (بەهەشت و دۆزەخ لە ناخی ئێمەدایە).

مرۆڤ توانای لەڕادەبەدەری هەیە بۆ تەحەمولکردنی کارەسات و بەلاکان و دەتوانێت بە خوێنساردی و ئارامی تەحەمولی کارەساتی زۆر بکات. لەوانەیە ئەم بۆچوونە بۆ ئێوە دژوار بێت، بەڵام بە پێچەوانەی بۆچوونەکانی ئێوەوە توانا و لێهاتوویی مرۆڤ ئەوەندە

زۆره کە هەر کاتێ بیەوێت سوودی لێ وەردەگرێ. تۆش وەکو مرۆڤێک هێز و توانایەکی لەڕادەبەدەرت هەیە بۆ بەرەنگاربوونەوەی نیگەرانییەکان، دەبێ ئەمە لەبیر نەکەیت. "بوت تارگینگتن"، هەمیشە دەیوت: (لە ژیاندا دەتوانم تەحەمولی هەموو شتێک بکەم، جگە لە تەنها شتێک ئەویش کوێرییە، کە توانای تەحەمولکردنیم نییە.) هەر ئەم کەسە لە تەمەنی 60 ساڵیدا بۆی دەرکەوت کە چاوەکانی بە باشی نابینن. ئەم بابەتە کاتێ نیگەرانی کرد کە تێگەیشت گوڵەکانی فەرش بە باشی لێک جیا ناکاتەوە. بە نیگەرانی و پەشێوییەوە سەردانی پزیشکی کرد. پزیشکەکە وتی بەداخەوە چاوێکت بینایی لە دەست داوە و چاوەکەی تریشت خەریکە بینایی لەدەست دەدات بە باشی سەرنج بدەن: بوت لە بەڵایەک کە دەترسا تووشی بوو وا دەزانن تارگینگتن چ کاردانەوەیەکی لە بەرامبەر خراپترین ئێش و ئازاردا پیشاندا؟ ئایا هەستی کرد بە ڕۆژەکانی کۆتایی تەمەنی گەیشتووە؟ نەخێر، بەو شێوە نەبوو! بە سەرنجێکی تەواوەوە تێگەیشت کە هێشتا خوێنساردی و خۆڕاگری خۆی لەدەست نەداوە! لەگەڵ ئەوەشدا کە هەر ئان و ساتێک ترسی ئەوەی هەبوو کە گلێنە ڕەشەکەی چاوی بە تەواوی لە بینایی بێبەشی بکات، بەڵام دەستی لە قسە خۆش و هەزەلییەکانی و سوعبەت هەڵنەدەگرت. چۆن چارەنووس دەتوانێت پیاوێک کە خاوەنی ورە و توانایەکی بەهێزە لەپێ بخات؟ بە گومانی من شتێکی باوەڕ پێنەکراوە! تارگینگتن کاتێ لە بینایی بە تەواوەتی بێبەش بووبوو دەیوت: (گەیشتوومەتە ئەو ڕایەی، کە دەتوانم تەحەمولی کوێری بکەم، هەر بەو شێوەیەی کە خەڵکانی تر تەحەمولی ئازار و دەردە بچووکەکان دەکەن .هەتا ئەگەر هەر پێنج هەستەکانی تریش لەدەست بدەم دیسانەوە دەتوانم بە مێشک و بیر زیندوو بمێنم و بژیم. درەنگ یا زوو هەر یەکێ لە ئێمە تێدەگات، کە تەنها بە مێشک و بیرە دەبینین و ژیان بەسەر دەبەین).

تـارگینگتن لە یەک سـاڵدا دوانـزە جـار چاوەکـانی خستە ژێر کـاری نەشـتەرگەرییەوە و تەحەمـولی ئـازار و ڕەنجێکـی زۆری کـرد. لەگەڵ ئەوەشدا دەیزانی چارەیەکی جگە لە تەحەمولکردن و ئارامگرتن نییە.

ئەو بە خوێنسـاردی و ئـارمی و ئومێـدەوارییەوە هەنگاوەکـانی نەشـتەرگەرانی تەحەمـول کـرد و لە کاتێکدا هەمـوو بێهیـوا بووبـوون دەیوت:

(لە ڕاسـتیدا زانسـت و زانیـاری گەیشـتووەتە ئاسـتێک کە مـرۆڤ ئامادەیە چاو، بەشێک بەم جوانی و بچووکییە نەشتەرگەری بکات.)

ئەگەر کەسـانی ئاسـایی دوانـزە جـار چاویـان دەدایە دەسـتی نەشتەرگەر، سەرەنجام بە کوێری دەمانەوە و کاردانەوەی نیگەران و پەرێشـانکەریان پیشـان دەدا، بەڵام تـارگینگتن لە بەرامـبەر ڕووداوە بێچارەکانـدا خـۆی دا بە دەسـتەوە و ئەو حـاڵەتەی بە ڕەحەتـی تەحەمول کرد.

ئەو وتەی "جان میلتون"ی شاعیری گەورەی لەبەر بوو، باوەڕی پێ هێنا بوو:

بێچارەیی ئەوە نییە کە مرۆڤ نابینا بێت، بەڵکوو بێچـارەیی واقعی ئەوەیە کە نەتوانێـت تەحەمـولی کـوێری بکـات! ئەگەر بمانەوێـت لە بەرامـبەر کارەسـات و ڕووداوی بێچـارەدا خـۆڕاگری بکەیـن و بەرەنگاریـان بینەوە، تەنهـا خۆمـان ئـازار دەدەیـن، ئەگەر نـا توانـای گۆڕینیمـان نییە. مـن لەم بەشـەدا ئەزمـوونی تەواوم هەیە و چەندەها جـار تـاقیکردنەوەم کـردووە و بە گـژ هەنـدێ لە شـتە نـاقۆڵا و بێچارەکانـدا چـوومەتەوە. هەنـدێ جـار کـارم دەگەشـتە ڕادەیەک کە ژیـان دەبـوویە دۆزەخ بـۆم. نیگەرانـی و بـێخەوی ئـازاری دەدام و لە کۆتایدا کاتێ گەشتمە قۆناغی خۆبەدەستەوەدان ئارامم گرت.

من دەبوایە چەند ساڵێک لەمەو پێش لەگەڵ "والت ویتمن"، شاعیری گەورە هاودەم بوومایە، کە (بۆ بەرەنگاربوونەوەی زریان، برسێتی و هۆکاری سروشتی، ڕوو لە ئاژەڵان و درەختان دەکات).

من دوانزە ساڵی تەواو کاتی خۆمم لەگەڵ ئاژەڵاندا بەسەر بردووە و هەرگیز نەمبینیوە "گا"یەک لەوەی کە بۆچی گیاکەی لە بێئاویدا وشک بووە تووڕە بێت یا ئەوەی کە کاتێ گایەک ئەو خۆراکەی کە تایبەتە بە خۆی لە بەردەم گایەکی تردا بێت، لێدانەکانی دڵی زیاد بکات و لە نیگەرانیدا دووچاری برینی گەدە و هەڵچوونی دەروونی بێت و کاری بکەوێتە نەخۆشخانە و چارەسەرکردن.

هەڵبەتە وا نەزانیت کە من مەبەستم وایە ئێوە بە قایلبوون بە وتەکانم وەک کەوان دەبێت لە بەرامبەر فشاری ڕووداوەکاندا کەمەرتان بچەمێننەوە.

نەخێر! هەرگیز! چون ئەمە ڕووبەڕووبوونەوەی قەزاوقەدەر.

تا ئەو کاتەی کە توانای لە چاڵنانی شەڕ هەیە، دەبێ ئەو هەلە لەدەست نەدەیت و بەرەنگاری ببیتەوە، بەڵام کاتێ عەقڵ و هۆشمان فەرمانمان پێ دەکەن کە لە بەرامبەر ڕووداوە بێچارەکاندا بین، دەبێ لە بیری تەندروستی خۆماندا بین و ئیتر سەرنجی دوا و پێش نەدەین و واز لەو ئارەزوانە بێنین کە هاتنە دیان مەحاڵە).

"هاکز"، جێگری زانکۆی کۆڵۆمبیا ئەم هەڵبەستەی لەبەر بوو و هەمیشە کاری پێ دەکرد:

بۆ دەردە لە ژمارە نەهاتووەکانی دنیا یا چارەسەربوونی هەیە یان نا، ئەگەر چارە هەیە، لە پێناویدا هەوڵ بدە وە ئەگەر نییە بیریشی لێ مەکەرەوە! بۆ نووسینی ئەم کتێبە چاوم بە کۆمەڵێک لە پیشەوەرانی ناوداری ئەمەریکایی کەوت، دەستکەوتی ئەم کارە ئەوە بوو کە تەواوی ئەوانەی کە لەگەڵ کارەسات و ڕووداوی بێچارەی دنیادا

هاوکاری و نەرمونیانیان پیشان داوە، ئەگەر نا لەژێر فشاری باری کارەساتەکاندا وردوخاش دەبوون. ج.س.پنی، کە لە بازرگانە ناودارەکانی ئەمریکایە بە منی وت:

(کاتێ ئەنجامی نیگەرانیم بەدەست هێنا، ئەگەر هەموو سەروەت و سامانیشم لەدەست بدەم هەرگیز نیگەران نابم. ئەوەی لە دەستم دێ ئەنجامی دەدەم و ئەوی تری بە خوا دەسپێرم.)

"هانری فورد"، کە پێویست بە ناساندن ناکات دەیوت:

(کاتێ توانای لەناوبردنی ڕووداو و کارەساتەکانم نییە، وازیان لێ دێنم تا ڕەوشی سروشتی خۆیان هەڵبژێرن و خۆیان خۆیان چارەسەر بکەن).

کاتێ لە "ک.کلر"، بەڕێوەبەری کۆمپانیای "کرایسلر"م پرسی کە چۆن نیگەرانی لە خۆی دوور دەخاتەوە؟ وتی:

(... هەر کاتێ لەگەڵ کێشەیەکدا ڕووبەڕوو ببمەوە، هەر کارێک لە دەستم بێت ئەنجامی دەدەم، بەڵام ئەگەر سەرکەوتوو نەبووم لەبیری دەکەم! بۆ داهاتوو هەرگیز نیگەران نابم، چونکە هیچ بوونەوەرێک ناتوانێت پێشبینی ڕووداوەکانی داهاتوو بکات و لە بەرامبەریدا ئامادە بێت. هۆکاری لە ژمارە نەهاتوو کاریگەرییان لەسەر داهاتوو هەیە، کە ناتوانرێ دەسەڵات بەسەریاندا زاڵ بێت، ئیتر بۆچی بە بێهودە نیگەران بین.)

"کلر" ئەگەر بیزانیایە بە فەیلەسووفی دەزانی نارەحەت دەبوو لە کاتێکدا کە پیشەوەرێکی ئەهلی کارکردنە هەمان ئەو فەلسەفانە لە کارەکانیدا ڕەنگی دەدایەوە کە نۆزدە سەدە لەمەوپێش "ئێپیکور" لە ڕۆمانیا فێری خوێندکارەکانی کردبوو.

ئەو بەو کەسانەی کە دەرسی فەلسەفەی فێر دەکردن دەیوت:

(بۆ خۆشبەختی یەک ڕێگە زیاتر بوونی نییە، ئەویش کەمکردنەوەی نیگەرانییە دەربارەی ئەو شتانەی کە لە سەرو توانای ئێمەوەن).

سارا برنارد کە "سارا مقدس"یشیان پێ دەوت، یەکێک بوو لەو ئافرەتانەی کە لەگەڵ ڕووداو و کارەساتە بێچارەکاندا ڕێک دەکەوت. ئەو بیستوپێنج ساڵی تەواو شای چوار قارە بوو و بە خۆشەویستترین هونەرپیشەکانی دنیا دادەنرا.

لە حەفتاویەک ساڵیدا، کە سارا پیر و لەکارکەوتوو بوو، ئەو سەروەت و توانا و دەستەڵاتەی جارانی نەمابوو، لە کاتی سەفەرێکیدا بە کەشتی لە ئۆقیانووسی ئەتڵەسیدا لەسەر عەرشی کەشتییەکە کەوت بە ئەرزدا و قاچی شکا، بە ئازار بوو. دوای ماوەیەک قاچی دەردناکی لە لایەن پزیشکی چارەسازەوە جواب کرا و بە ناچاری دەبوایە بیانبڕیایەتەوە.

"پرۆفیسۆر پزی"، پزیشکە چارەسازەکەی دەترسا بە سارا بڵێت دەبێ قاچت ببڕنەوە، چونکە وای دەزانی خەش دەکات و دووچاری هێرشی تووڕەیی دەبێت. بەڵام بە هەڵەدا چوو بوو، چونکە سارای بە باشی نەناسی بوو. بەهەرحاڵ، کاتێ پرۆفیسۆر بە ترسولەرزەوە بە سارای وت، سارا وتی: (ئەگەر چارەنووس ئاوایە، کە وایە هەروا دەبێت.)

کاتێ بردیانە ژووری نەشتەرگەرییەوە دڵی کوڕەکەی دەدایەوە و تێیگەیاند، کە مەترسییەک لە ئارادا نییە. دوای ئەو نەشتەرگەرییە، قاچی باش بوویەوە و دیسانەوە دەستی دایە سەفەری جیهان و گەڕانەکەی خۆی لە دوای ئەو نەشتەرگەرییە حەوت ساڵی دیکە ژیانی بەسەر برد.

کاتێ دەست لە خراپکارییەکانی ڕووداوی بێچارەسەر هەڵدەگرین، هێزێکی زۆر کە تا ئەو کاتە دەرگیری ململانێ بووە ئازاد دەبێت و یارمەتی ئێمە دەدات لە ڕێگەی بنیادنانی ژیانێکی ژیانێکی بەختەوەرانەدا.

وا نازانم هیچ مرۆڤێک ئەوەندە توانای هەبێت کە هاوکات لەگەڵ ڕووداوی بێچارەسەردا دەرگیر ببێت و لە هەمان کاتدا بتوانێت بە هێزێکی شاراوە ژیانێکی تازە بنیاد بنێت. چارەیەک نییە جگە لەوەی کە یا لە بەرامبەری زریانی کارەساتی بێچارەسەردا بچەمێینەوە یا بەربەرەکانی بکەین و لە کۆتایدا لەپێ بکەوین.

مامۆستایانی هونەر "جوجوتسو" بە خوێندکارەکانی خۆیان دەوت:

(وەک داری بی بچەمێرەوە و وەک دار بەڕوو خۆڕاگر بە).

بە ڕای ئێوە هۆی چەمانەوەی تایەی ئۆتۆمبێلەکان کە بەرگەی فشارێکی زۆر دەگرن و لە بەرامبەر چاڵوچۆڵی و هەورازی جادەکاندا و نەرمونیانی نیشاندانیان چییە؟ بۆ یەکەم جار کە بڕیار بوو ئۆتۆمبێل بخرێتە گەڕ لە تایەی ناو پڕ سوودیان وەردەگرت، کە توانای چەمانەوە و نەرمونیانی نەبوو، ئەم تایانە زۆر بە زوویی لە ڕووبەڕووبوونەوەیان لەگەڵ ناهەمواری جادەکاندا لەت لەت دەبوون.

بەهۆی ئەم ئەزموونەوە دەستیان کرد بە دروستکردن و سوودوەرگرتن لە تایەی ناو خاڵی کە بە هەوا پڕیان دەکرد. سەبارەت بە بەرگری تایەکانی هەوا ڕوونکردنەوەی زۆر پێویست نییە، تەنها ڕاز و نهێنی مانەوەی ئەم جۆرە تایانە خۆڕاگرییە لە بەرامبەر فشاردا نەرمونیانی دەنوێنێت.

ئێمەیش ئەگەر فێر ببین لە جادەی پڕ لە چاڵوچۆڵی ژیاندا وەک تایەی ئۆتۆمبێل تایبەتمەندی ملکەچی و چەمانەوەمان هەبێت، دەتوانین

تەکانەکـان و ڕێگرییەکـانی جـادە دەسـتەمۆ بکەیـن و بە ئاسـانی لە ڕێگەی ژیاندا بۆ پێشەوە بڕۆین.

لەوانەیە بە خۆت بڵێیت قایلنەبوون بە فشاری ناهەمواری جادەکانی ژیـان چ داهـاتوویەکی بـۆ ئـێمە هەیە؟ وەڵامەکەی ئەوەیە کە ئەگەر وەک بی نەچەمێیتەوە و وەک بەڕوو خۆڕاگر نەبیت ئەنجامێک جگە لە کێشمەکێشـمی دەروونـی و نیگەرانـی و هەڵچـوون و توورەبـوون نابێتە نسیبتان، کە ئەمەش بەهرەیەکی باش نییە لە ژیاندا.

لە کـاتی جەنگـی جیهـانی دووەمـدا ملیۆنەهـا سـەربازی پەرێشـان ناچار بوون لەگەڵ ڕووداو و کارەساتەکاندا بگونجێن یا ڕووەو نەمـان و تیاچوون بڕۆن. ئەم سـەربازانە هەر کامێکیـان داسـتانێکی گرنگیـان هەیە کە یەکێ لە نموونەکانی ئەم داستانانە "ویلیام.اچ.کاسلیوس"ـە، کە خەڵکـی نیویـۆرکە. ویلیـام کە لە پـۆلە شـەوانەکەی منـدا بە سەرکەوتوویی خەڵاتی بەدەست هێنا و لە هەمان کاتدا یەکێک بوو لە نموونەی ئەو کەسانەی کە زۆر توورەبوو.

داستانەکەی لە زمانی خۆیەوە بۆ ئێوە نەقڵ دەکەم:

(... تازە چووبوومە ناو سوپاوە، پاسەوانی کەنارەکانی دەریا بووم لە نـاوچەی ئۆقیانووسـی ئەتڵەسـی کە گەرمـایەکی تـاقەت بەزێنـی هەبوو. کاری من پشکنین و چاودێری کەرەستەی تەقەمەنی بوو.

باش سەرنج بدە:

مرۆڤێک کە تا چەند ڕۆژێک لەمەوپێش کاری فرۆشتنی بسکیت و وردەواڵە بوو ئێستا بۆ کارێکی وەهـا پڕ مەترسی ڕۆیشتووە. تەنها دوو ڕۆژ کـاتم هەبوو کە خـاڵی پێویسـت بـۆ بەرەنگاربوونەوەی ئەم لێپرسراوێتییە فێر بم. مەسەلەکە لێرەدا بوو تا زانیاریم لە بارەی ((T.N.T تی ئێن تی)) زیاتر دەبوو هەستم بە مەترسی زیاتر دەکرد و

زیاتر دەترسام. یەکەم چالاکیم لە ڕۆژێکی نیمچە تاریکدا بەئەنجام گەیاند.

ئەو سەربازانەی کە لەژێر ڕکێفی مندا بوون لە ڕووی توانای جەستەییەوە زۆر باش بوون؛ بەڵام بچووکترین زانیاریان نەبوو سەبارەت بە کارێکی پڕ مەترسی کە ئەبوایە ئەنجامیان بدایە. ئەوان کاتێ سندووقی تەقەمەنیەکانیان (دینامیت) دەگواستەوە کە هەر یەکەیان بەس بوو بۆ تەقینەوەی کەشتییەکی گەورە، دەترسام کە نەوەکو وایەری پارێزگاری یەکێکیان بپچڕێ و هەموان لەناو ببات.

لە تاو توندی نیگەرانیدا گەرووم وشک بوو بوو. ئەژنۆکانم هەڵدەلەرزین و دڵم بە توندی لێی دەدا. هەڵهاتنیش گونجاو نەبوو، چونکە هەڵهاتن لە مەیدانی جەنگدا سزایەکی توندی هەبوو جگە لەوەی کە دەبوویە هۆی ئابڕوچوونی خانەوادەکەم. ماوەیەک بەم مەسەلەیەوە دەرگیر بووم، سەرەنجام بە خۆمم وت: (ئەی گەنج! هەرچی دەبێ با ببێ! گریمان کە تەقینەوەیەک تۆی برد بە هەوادا و پارچە چارچە بووی، مردن زۆر خێرایە و بێ ئەوەی ئاگات لە خۆت بێ مردووی، هەرچی بێت باشترە لەوەی کە مانگانە لەسەر جێگە بکەویت و بەهۆی سەرەتانەوە ئازار بچێژی و لە کۆتاییشدا لەپێ بکەوی، تۆ کە لە دنیادا تەمەنێکی بێکۆتاییت نییە، هەر دەبێ ڕۆژێک بمریت، کەوایە بۆ ئەو مردنەت بە شانازییەوە نەبێت. تازە ئەگەر بەهۆی ترسەوە واز لە کاری تەقەمەنی بێنیت بە دڵنیاییەوە گیرۆدەی مردنێکی بەئازارتر دەبیت).

چەند کاتژمێرێکی یەک لە دوای یەک ئەم ڕستانەم لەبەر خۆمەوە دەوتەوە و وانەم فێری خۆم دەکرد تا لە کۆتاییدا خوێنساردی و ئارامی خۆمم بەدەست هێنا و خۆمم قایل کرد کە لەگەڵ کارەسات و ڕووداوی بێچارەسەردا بگونجێم و بە نەرمونیانی نیگەرانی لە خۆم دوور بخەمەوە.

وانەیەک کە لەم داستانەدا فێری بووم هەرگیز شایستەی لەبیرچوونەوە نییە.

لەوەبەدوا هەر کاتێ دەرگیری هەڵچوون و پەشێوی و نیگەرانی دەبم شانی دەدەمە ژێر و دەڵێم:

(لە بیری کە! نازانی بەم ڕەوشە بە چ ئەنجامێکی بەرز و جوان گەیشتووم).

دوای لەخاچدانی عیسای مەسیح یەکێک لە بەناوبانگترین شێوازی مردنەکان لە مێژووی جیهاندا مردنی "سوقرات"ە .لەوانەیە دە یا سەد سەدەی تریش ئینسانەکان باسێک کە ئەفلاتوون لە بارەیەوە نووسیویەتی وەک ئاسارێکی فەلسەفی -ئەدەبی هەمیشە زیندوو بیخوێننەوە.

کۆمەڵێک لە داخلەدڵ و ناحەزەکانی ئیرەییان پێ ئەبرد و بوهتانی زۆریان دەدایە پاڵی تا کێشایانە دادگا و بە مەرگ مەحکومیان کرد. کاتێ پاسەوانی زیندانەکە جامێ زەهر دەدات بە دەستییەوە بە سەرنجدانی ئەوەی کە ڕێزێکی زۆری بۆ مامۆستا دادەنا بۆ دڵنەواییکردنی پێی وت:

(هەوڵ بدە ئەو شتەی کە چارەی نییە و بێ دەرمانە بە نەرمونیانی و ملکەچییەوە تەحەمولی بکەیت و بەرگەی بگریت).

سوقرات کە پێویستی بەم ئامۆژگارییە نەبوو، هەر وای کرد و جامە زەهرەکەی بە ڕەزامەندی خۆی نۆش کرد، کە ئەوی لە ئاستی مرۆڤێک زۆر زیاتر بەرز کردەوە و هەر ئەوەیە کە تا ئەمڕۆش ناوی لە مێژودا ماوەتەوە.

هەوڵ بدە ئەوەی کە چارەی نییە بە نەرمونیانی تەحەمولی بکەیت، ئەم ڕستەیە کە 399 ساڵ پێش لە لەدایکبوونی مەسیح لەسەر زمانی

پاسـەوانی زیندانێکی سـادە دەرچـووە، بـۆ مرۆڤی هەڵەشـە، گیرۆدەی نیگەرانی و پەرێشانی ئەمڕۆ زیاتر لەو زەمانە کاری پێ دەکرێ.

لە هەشت ساڵی ڕابردوودا من کتێب و گۆڤاری زۆرم سـەبارەت بە نیگەرانی و لابردنی نیگەرانـی خوێندووەتەوە، هەتـا ئەگەر لە کتێبێکدا ڕستەیەک شـایەنی سـوودوەرگرتن بووبێت وازم لـێ نەهێنـاوە. دوای ئەم هەشت ساڵە سادەترین پەندێک کە تا ئێستا بـۆ لابردنـی نیگەرانـی پێی گەشتبم هۆنراوەیەکی بچووکە.

بە بۆچـــوونی مـــن باشـــتر وایە ئەم هـــۆنراوەیە بە ئـــاوێنەی دەستشۆرەکەوە بچەسپێنیت بۆ ئەوەی هەمـوو ڕۆژێ لە کـاتی دەست و دەموچاو شۆردندا لە بەرچاوتان بێت.

ئەم هۆنراوەیە لە ڕاستیدا نزایەکە کە دکتـۆر "نیوبوهر" مامۆسـتای فێرکاری زانستی لە "ئەنجومەنی ئالاهیون"ی نیویۆرک دایڕشتووە:

خودایە ئارامی و ئاسـوودەیم پـێ ببەخشـە تـا بتـوانم پێشـوازی لەو شـتانە بـکەم کە نـاگۆڕێن !بە توانـای خـۆت لێهـاتوویی و توانـام پـێ ببەخشـە تـا ئەوەی دێـتە ڕێـگەم بیگـۆڕم. خـودایە بینـاییەک بە مـن ببەخشـە کە جیاوازی لە نێوان دوو شـتدا بکەم. بۆ دوورخستنەوەی نیگەرانی و ڕێگریکردن لەوەی بە شێوەی خـو و نەریت خـۆی پیشـان دەدات و زەرەرۆمەنـدت دەکـات و زیانـت پـێ دەگـەیـەنێت، کـار بەم دەستوورە بکە:

لەگەڵ ڕووداو و کارەســـاتێدا کە چارەیـــان نیـــیە، هاوکـــاری و هاوسۆزی بنوێنە!

بەندی دەیەم

لە هەر کوێیەک جڵەوی زیان بگریتەوە دەست قازانجە

لە ناخی دڵتانەوە حەزتان دەکرد ڕێگەی بەدەستهێنانی پارەتان بزانیایە؟ نە تەنها ئێوە -وا دەزانم- ملیۆنەها کەس لە سەرانسەری دنیادا ئارەزووی زانینی ئەم ڕێگەیەیان هەیە! ئەگەر منیش وەڵامی ئەم پرسیارەم دەزانی و تێدەگەیشتم ڕێگەی بەدەستهێنانی پارە چییە لەباتی ئەوەی کات بە نووسینی ئەم کتێبە بەسەر بەرم سەرفی بەدەستهێنانی دە هەزار دۆلارم دەکرد. بەهەرحاڵ، ڕێگای زۆر هەیە کە خەڵکی بە هۆیەوە فێری بەدەستهێنانی پارە بووە. ڕێگەیەکی سەرکەوتوو، کە مەبەستمە پێتان بڵێم داستانی "چارلز روبرت"ـی ڕاوێژکاری بەناوبانگی ئابووری دانیشتوی شەقامی بیستودووی نیویۆرکە.

(... بیست هەزار دۆلاری هاوڕێکانم بە دەستەوە بوو بۆ کڕینی بورسەکان لە تکساسەوە بۆ نیویۆرک بەڕێ کەوتم .لەگەڵ ئەوەشدا کە شارەزاییەکی تەواوم لە بارەی هونەری کارەکەمەوە هەبوو، بەڵام کاتێ سەیرم کرد هیچ پارەیەکم بۆ نەماوەتەوە نیگەران بووم. هەڵبەتە کێشەی من لە سوود و قازانجی زۆردا بوو، کە لە چەند مامەڵەیەکدا سوودێکی زۆرم دەست کەوتبوو. ئەم سوود و قازانجە بووە هۆی ئەوەی بە خێرایی و بە گەشبینی و ئیرەییبردن بە زیرەکی خۆم سەرمایەکەم لەدەست بدەم.

لەو کاتەدا بۆ پارەکەی خۆم زۆر ناڕەحەت نەبووم، بەڵام بۆ ئەو پارەیەی کە دۆستەکانم دابوویانە دەستم هەرچەندە دەمزانی

کەسانێکی سەختگیر نین ئەوەندە مشەوەش و نارەحەت بووم کە شوێنی خۆمم نەدەزانی و حسابی ڕابردووم لەدەست دەرچوو بوو. سەیر لێرەدایە دۆستەکانم زۆر بە خۆشەویستی و نەرمونیانی لەگەڵم دەجوولانەوە و لە بارەی پارەکەیانەوە هیچیان نەدەوت. من هۆی هەڵشکانەکەم دەزانی و کەمتەرخەمییەکانم بە گوێمدا دەدا.

لە ڕاستیشدا هەر ئەوە بوو کە گوێم بۆ هەر وتەیەک ڕادەدێرا بەبێ ئەوەی بیر لە وتەکە بکەمەوە تەسلیمی دەبووم. دوای ماوەیەک حاڵی خۆمم تاوتوێ کرد و بڕیاری لەناوبردنی هەڵەکانم دا. ئەم جارە بە لەبەرچاوگرتنی شێوەی کارەکە و بە بوونی زانیارییەکی تەواو لە بارەی کارەکەمەوە چوومە ناو بازاڕەوە.

لەو کاتەدا "بورتون.س.کاس"، کە یەکێک بوو لە کۆنە کارەکانی بازاڕ، ئامۆژگارییەکی کردم کە بووە مایەی بنەمایەکی پتەوی بازرگانی بۆم. وتی:

لە هەر مامەڵەیەکدا یا لە هەر سفارشێکدا جێگەیەیش بۆ زەرەر لەبەرچاو بگرە.

بۆ نموونە ئەگەر شتێکی 50 دۆلاریت کڕی ئەوا 5 دۆلار زەرەری بۆ لەبەرچاو بگرە، واتە وا دابنێ لەو 50 دۆلارە 5 دۆلار زەرەر دەکەیت، ئەو کاتە کارەکەت ئەنجام بدە، بەڵام ئەگەر بینیت ئەو شتە گەیشتووەتە 45 دۆلار ئەوا بە زوویی بیفرۆشە تا لە 5 دۆلار زیاتر زەرەر نەکەیت! ئەگەر بازاڕ بە ڕێکی و شروشتی کار بکات بە سوودی 10% ـــ 25% مامەڵە دەکەی و لەم کاتەدا قەرەبووکردنەوەی 5 دۆلار کێشەیەک نییە.

بەم شێوەیە ئەگەر نیوەی مامەڵەکەی تۆ ڕووبەڕووی زیان ببێتەوە دیسانەوەش لە کۆی گشتیدا سوودێکی گونجاوت بۆ ماوەتەوە! لەو کاتەوەی فەرمانەکەی "کاس"م خستووەتە بواری کارکردنمەوە

مشتەرییەکانم ڕوویان لە زیاد بوون کردوە و لە ئەنجامدا هەزاران دۆلار قازانجم کردووە.

ڕێگەی لابردنی زیان یەکێکە لە ڕێگاکانی سوودوەرگرتن. بۆ نموونە یەکێک لە ڕێگاکانی سوودوەرگرتن لابردن و دوورخستنەوەی بێزاری و نیگەرانییە. من خۆم تاقیم کردۆتەوە و ئەنجامێکی باشم لێوە بەدەست هێناوە. بۆ نموونە ساڵانێک بوو زۆربەی ڕۆژەکان لەگەڵ یەکێ لە هاوڕێیانمدا نانی ئێوارەم دەخوارد.

بڕیارمان وابوو لە کاتژمێرێکی دیاریکراودا لە شوێنێکی دیاریکراودا یەکتر ببینین، بەڵام زۆربەی کاتەکان ئەو درەنگ دەهات و منی نیگەران دەکرد. ڕۆژێکیان هاوڕێکەمم ئاگادار کردەوە و پێم وت بە لایەنی کەمەوە دە خولەک زیاتر لە سەرت ڕاناوەستم و ئەگەر نا دەچم بە لای کاری خۆمەوە. ئەم ئاگادارکردنەوەیە و کارکردنم پێی ئەوەندە کاریگەری لەسەر هاوڕێکەم هەبوو کە ئێستا پەشیمانم بۆچی پێشتر ئاگادارم نەکردبۆوە لە باتی زەرەر و کەمتاقەتی و تووڕەیی و... ئێستا بە داخم بۆچی ئەوەندە هۆشیار و ژیر نەبووم تا هەر پێشهاتێک کە ئارامیم لێ زەوت دەکات توێژینەوەی لەسەر بکەم و بە خۆمم نەدەوت:

(ئاگادار بە دیل کارنگی! ئەم ڕووداوە هەر ئەوەندە نیگەرانی هەڵدەگرێت نەک زیاتر... بۆچی زیاد لە ئەندازە زەرەرمەند ببین؟)

بەهەرحاڵ، ئێستا کە گوێم بۆ وتەی عەقڵی خۆم ڕادێراوە خۆشحاڵم! گوێڕادێران بۆ وتەی عەقڵ لە قۆناغێکدا ڕووی دا، کە ئومێدەکانی داهاتووم لە ئەنجامی دەستکەوتی چەندەها ساڵ کار و چالاکی لە ڕووبەڕووبوونەوەی مەترسییەکان لەناو چوون، لە سێ ساڵیدا بڕیاری خۆمم دا.

لەو زەمانەدا دەمویست ببم بە نووسەرێکی وەک "جاک لەندن یا توماس هاردی"، ئەوەندە شەوقی ژیان لەمندا دەدرەوشایەوە کە دوو ساڵی تەواو لە ئەورووپادا ژیام، وام دەزانی کە گرنگترین شوێنەوارم لەژێر ناونیشانی "بلیزارد" لە ئەورووپادا نووسیوە. کاتێک کەویستم کتێبە ناوبراوەکە بە چاپ بگەیەنم خستمە بەردەستی بڵاوکەرەوەکان، دوای خوێندنەوەی کتێبەکەم ئەوەندە ساردیان نواند کە وابزانم ساردییەکەیان لە ساردی جەمسەرەکان خراپتربوو. کاتێک کە زانیم نووسراوەکەم بە کەڵکی چاپکردن نایەت و ئەمەش نیشانەی نەشارەزایی نووسەرە، گیرۆدەی وەها حاڵەتێک بووم کە خەریک بوو دڵم لە لێدان دەکەوت. لە کاتێکدا کە لە دوایەمین نووسینگەی بڵاوکەرەوە هاتمە دەرەوە ئەگەر بە چەکوش بیاندایە بە سەرمدا ئازارەکەی کەمتربوو لە ئازاری ڕەتکردنەوەی کتێبەکەم بە دوودڵی لەسەر دووڕیانی ژیاندا مابوومەوە —سەرگەردانی و دەستشۆردن لە ئومێدەواری .دەمزانی کە دەبوایە بڕیارێکی گرنگم بدایە، بەڵام ڕۆژگار بەسەر چوو و من ڕێگەچارەیەکی گونجاوم نەدۆزییەوە. ئەو ڕۆژانە بە لایەنی کەمەوە یاسای قەرەبووکردنەوەی زیانم نەدەزانی، بەڵام بە نەزانی بە یارمەتی ئەو یاسایە خەم و خەفەت و نیگەرانیم لە خۆم دوورخستەوە، ئێستا دوای چەند ساڵێک تێدەگەم کە لەو کاتەدا کارم بەم یاسایە کردووە! نازانم چۆن بوو کە بڕیارم دا لە ئەزموونەکانی چەند ساڵەی خۆم یارمەتی وەربگرم و یەکەمین کارم کە ماوەیەک بوو بەهۆی نووسینەوە وازم لێ هێنابوو لە سەرەتاوە دەست پێ بکەمەوە. یەکەمین کارم کە دەرسوتنەوە بوو لە پۆلەکانی شەوانەدا لە هەمان کاتدا سەرگەرمی نووسینی کتێبانێک بووم کەنیشاندەری واقعیەت و ڕاستی بوون .ئێستا ئێوە یەکێک لەو کتێبانەتان لە بەردەستدایە.

ئایا حەقی خۆمە لە بڕیاری ئەو ڕۆژەی خۆم خۆشحاڵ بم؟

باوەڕ بکەن بەیادهێنانەوەشی منی خۆشحاڵ کرد و خەجاڵەت ناکێشم کە بڵێم لەبەر ئەوەی کە جێگەی تۆماس هاردیم نەگرتۆتەوە ناڕەحەت نیم، چونکە لەو ڕۆژە بە دواوە کاتژمێرێک لە تەمەنم بە خەم و خەفەت بەسەر نەبردوە و نیگەران نەبووم! لەوانەیە سەدەیەک لە زەمانی تێپەڕی بێ کە "هنری نزو" لە دەفتەری یادگارییەکانیدا نووسی بووی:

(بەهای هەر شتێک بەرامبەر بە کاتژمێرێکە لە تەمەنمان، کە لە پێناویدا ئێستا یا لە داهاتوودا لەدەستی دەدەین).

لە ڕوونکردنەوەی ئەم یادداشتەدا دەتوانرێ بوترێ:

(تەواوی نەزانییەکان، کاتێکە کە ئێمە بەهای شتێک زیاتر لە تەرازووی قیمەتی خۆی بزانین.) بە گومانی من باسی ژیانی "ژیلبرت و سولیوان" لە نموونە دیارەکانی ئەم ڕاستییەن. ئەوان لەگەڵ ئەوەشدا کە داستانی باش و مۆسیقای جوانیان دروست دەکرد، بەڵام ئەوەندە توانایان نەبوو کە بزانن چۆن بەختەوەری و خۆشی بێننە ناو ژیانیانەوە! ئەوانە درەوشاوەترین و سەرگەرمکەرترین نمایشیان دەخستە ڕوو، بەڵام نەیان دەتوانی ئەوەندە دەسەتەڵاتیان بەسەر خۆیاندا هەبێت بۆ نموونە مەسەلەیەکی بێبایەخی وەک بەهای فەرشێک کە بە کێشمەکێشم بەهاکەیان نەدەدا.

بەسەرهاتەکە بەم شێوەیە بوو کە "سولیوان" لەوپەڕی سەرکەوتوویدا داوای کڕینی فەرشێکی گەورەی بۆ مەنەسەی نمایشگاکە کردبوو. "ژیلبرت" دوای بینینی قیمەتی فەرشەکە ئەوەندە تووڕە بوو و ئەوەندە بەرامبەرکێیەکی خراپی نواند کە لەوەبەدوا ئەو دوو نەفەرە لە یەکتر جیا بوونەوە و تا زیندوو بوون یەکتریان نەبینی.

"سـولیوان" ئاهەنگەکـانی خـۆی بە پۆسـتدا بـۆ "ژیلبـرت" دەنـارد و "ژیلبرت"یش نووسینەکانی خۆی لە ڕێگەی پۆستەوە پێ دەگەیاند. لە کاتی پێشکەشکردنی نمایشدا بە شێوەیەک بەرنامەڕێژیان دەکرد کە لەسـەر مەنەسـەکە پـێکەوە نەبـن، ئەگەریـش بە سـوتفە هاوکـات لە شوێنێکدا بن ڕوویان لە یەک وەردەگێڕا تا چاویان بە یەک نەکەوێت.

بریـا ئەوانەش وەکـو "ئەبراهـام لیـنکلن" دەیـانتوانی بە لێخۆشـبوون ڕێـگە لە زەرەری خۆیـان بگـرن. لە ڕووداوەکـانی جەنگـی نـاوخۆی ئەمەریکا کاتێ کۆمەڵێک لە دۆستەکانی "لینکلن" وشـەی ناشـیرینیان بە دوژمنە سەرسەختەکانی دەوت "لینکلن" بە دۆستەکانی وت:

(ئێوە زیاد لە مـن هەسـت بە کینە دەکەن لە بەرامـبەر ئەوانەدا! ئەم هەسـتەش لە منـدا هەیە، بەڵام هەرگیـز دوای نەکەوتـووم و کەمتـر سـوودی لـێ وەردەگـرم. تەمەنـی مـرۆڤ ئەوەنـدە نیـیە تـا سـەرفی دوژمنـایەتی و کینەبەرایەتـی بکـات. ئەگەر کەسـێک واز لەوە بێنـێ کە وشـــەی ناشـــیرینم پـــێ بڵـــێ، مـــن هەرگیـــز ڕابردووەکـــان بـــۆ تۆڵەسەندنەوەی زیندوو ناکەمەوە).

بریـا پـوورە پیرەکەی منیش "ئادیـت" ڕۆحـی لێبووردنی "لینکلن"ـی دەبوو.

پورە "ئادیت" و مامە "فرانک" بە هەزارەهـا بەدبەختـی و هـیلاکەت لە کێڵگەیەکی ڕەهن، کە دەستکەوتێکیشـی نەبـوو دەژیـان. پـوورە "ئادیـت" لە حاڵێکی ئاوادا ئـارەزووی دەکرد ئەو ژوورەی کە تیایدا دەژیان بە تـابلۆی ڕەنگاوڕەنـگ بـڕازێنێتەوە، لە کۆتاییـدا بە قەرزوەرگـرتن لە ئاشـناکانی ئەو کـارەی بە ئەنجـام گەیانـد. مـامە فرانـک لە وەرگرتنـی قەرز نـــاڕەحەت بـــوو، کـــاتێ لە قەرزکـــردنەکە بەئاگـــا بـــوو بە ناڕەحەتییەکی تەواو بە فرۆشیارەکانی ڕاگەیاند کە شوێنی کاریـان لە "میسـوری" بـوو چیـدی قەرز بە ژنەکەی نەدەن. پـورە "ئادیـت"، کە

بەئاگا بوو لەم کەینوبەینە، کردی بە هەرا و شەڕێکی بەرپا کرد کە دوای پەنجا ساڵ تەمەنی باقی تەمەنیان بوو بە دۆزەخ.

من کە داستانی ئەم ژن و مێردەم بیستبوو، کاتێ سەردانی پورە "ئادیت"م کرد، کە هەفتا ساڵ لە تەمەنی تێپەڕی بوو. بۆ ئەوەی ژن و مێردەکە ئاشت بکەمەوە بە پورە "ادیت"م وت:

(پووری گیان! ڕاستە کە مامە فرانک کارێکی باشی نەکردووە، بەڵام تۆش ویژدانت ناڕەحەت نییە دوای پەنجا ساڵ پێکەوە ژیان، ئامادە نیت ئەم داستانە لەبیر بکەیت؟ بە بڕوای من تانەکانی تۆ لەم تەمەنەدا زۆر بەئازارترە لە برینی زمانێک کە ئەو پەنجاویەک ساڵ پێش ئێستا پێی وتووی).

کە ئەم قسانەم دەکرد، دەمزانی کاریگەری لەسەری نییە! لەگەڵ ئەوەشدا پوورە "ئادیت" بەهۆی سەختگیرییەکی بێبایەخەوە ژیانی لە خۆی و خەڵکی تاڵ کردبوو!

" فرانکلین روزولت" حەوت ساڵە بوو کە تووشی هەڵەیەک بوو تا حەفتا ساڵی لە بیریدا بوو.

فراکلین حەوت ساڵ بوو حەزی لە فیکەنەیەکی جوان دەکرد، ئەوەندە شێتی جوانی ئەو فیکەنەیە بووبوو، کە بێ ئەوەی نرخەکەی لە فرۆشیارەکە بپرسێ هەموو پارەکانی لە بەردەم فرۆشیارەکەدا هەڵڕشت و فیکەکەی بردەوە بۆ ماڵەوە. لە ماڵەوە دەستی کرد بە فیکەلێدان و مێشکی هەموو ئەندامانی ماڵەوەی خستبوو، ئەوانیش چاریان نەما و پڕیان دایە و لێیان سەند.

یەکێ لە براکانی بە تانەوە لێی پرسی ئەو فیکەیەت بە چەند کڕیوە؟ کاتێ "لینکلن" لە وەڵامیدا ئەو بڕە پارەیەی پێی دابوو بە براکەی وت زلەیەکی لێ دا، لەبەر ئەوەی فیکەنەکەی بە گران کڕیوە و ڕاستیشی دەکرد.

ئەم ڕووداوە بوو بە دەرسێکی گەورە بۆ "لینکلن" کاتێ کە گەورە بوو ئەم ڕستەیە لە زمانییەوە بیسترا کە دەیوت:

(کاتێ چوومە ناو کۆمەڵگاوە، چالاکی مرۆڤیانەم بینی تێگەیشتم کە کۆمەڵێکی زۆر هەن ئەو فیکەیەی کە حەزی لێ دەکەن زۆر زیاتر لە نرخی خۆی پێ دەدەن، بە بۆچوونی من زۆربەی بەدبەختییەکانی مرۆڤ بەهۆی ئەوەوەیە کە بەهای شتێک نازانن، نرخیان زیاد لە بەهایان دەخەملێنن.)

" تۆلستوی"، دانەری شوێنەواری زیندووی وەک: جەنگ و ئاشتی، ئاناکارنینا و رستاخیزیش بە هەمان دەردەوە گیرۆدە بوون. بە پشتبەستن بە "دائیرە المعارف"، "تۆلستوی" بیست ساڵی تەمەنی یەکێک بوو لە خۆشەویسترین پیاوانی سەر زەوی.

لە ساڵی 1890 تا 1910 لایەنگران و پەیوەندیدارانی تۆلستوی وەک زیارەتکەرانی شوێنە پیرۆزەکان زیارەتیان دەکرد، دەیانویست بە هەر شێوەیەک بووە ئەگەر بە نیگایەکیش بێت ببینن، دەنگی ببیستن و دەست بە جلەکانیدا بێنن و وتەکانیان وەک وەحی یاداشت دەکرد، لە کاتێکدا تۆلستوی لە هەفتا ساڵیدا بە ئەندازەی حەوت ساڵی فراکلین ئەزموونی نەبوو.

ئەو لەگەڵ کچێکدا کە زۆر خۆشی دەویست زەواجی کرد. بە شێوەیەک لەم هاوسەرداریتییە ڕازیبوون کە گوایە نزایان لە بارەگای خوداوەند وەرگیرا بێت. ئەم هاوسەرە باشە بەداخەوە دووچاری ئیرەییەک بووبوو، کە لە جەنگەڵیشدا مێردەکەی دەخستە ژێر چاودێرییەوە. کەم کەم هەستی ئیرەیی لە ئافرەتەکەدا پەرەی سەند، کە لە خۆشەویستی مێردەکەی بۆ منداڵەکانی نیگەران دەبوو. ئەم ژنە ڕۆژێک وێنەی کچەکەی خۆی بە فیشەک کون کون کرد، کە بە دیواری ژووری "تۆلستوی"دا هەڵواسرا بوو.

هەندێ جاریش دەرمانی ژەهراوی دەبردە ناو دەمیەوە و وا خۆی نیشان دەدا کە کاری خۆکوژی ئەنجام دەدات و دەهات و دەچوو لە ژوورەکەدا، ئەوەنــدە ئەم کــارەی دووبــارە دەکــردەوە منــداڵەکان دەترسان و دەستیان بە گریان دەکرد.

وا دەزانــی "تولســتوی" لە بەرامبەریـدا چـی دەکـرد؟ ئەگەر تـوورە دەبوو و پێویستییەکانی ناو ماڵی دەشکاند، سەرزەنشتیان نەدەکرد، چونکە بە ڕەفتاری ئەو ژنە هەڵچوون و توورەبوون شتێکی ئاسایی بوو. بەڵام "تۆڵستوی" کارێکی خراپتری ئەنجام دەدا. ئەو دەفتەری یاداشتی دانابوو بە نهێنی تاوانەکانی ژنەکەی تۆمار دەکرد.

"تولستوی" دەیویست بەم کارەی بێتاوانی خۆی ڕابگەیەنێ، هەموو تاوانەکان بخاتە ئەستۆی ژنەکەی. بەڵام ژنەکەشی لەم حاڵەتە بێئاگا نەبوو لە هەلێکی گونجاودا کە بەدەستی هێنا یاداشتەکانی سووتاند و دەفتەرێکی هاو شێوەی ئەو دەفتەرەی پێشووی هێنا و لەو دەفتەرەدا مێـــردەکەی بە مێردێکـــی شـــەڕخواز و تاوانبـــار لە قەڵەم دا و داستانێکیشی بە ناوی کێ تاوانبارە؟ بڵاو کردەوە. ئەم ژنە لە پێش چاوی خوێنەران خۆی وەک قوربانییەکی بەستەزمان و مێردەکەی وەک شەیتانێکی مەلعوون پیشان دا.

بە وتەی نووسەری ژیاننامەی تولستوی:

ئەم ژن و مێردە ئاژاوەیەکی ئەوتۆیان بەرپا کرد، کە ماڵیان کردبوو بە تیمارستان. بە بۆچوونی من یەکەمین هۆکارێک کە ئەوانی بەئاگا هێنــایەوە بــۆ کــارێکی لەو شــێوەیە ئــارەزووی ئەوانە بــوو بــۆ بەجێهێشــتنی یادگــاری خۆیــان لە بیـری خەڵکیـدا.لە کاتێکـدا ئەوانە دەبـوایە بیانزانیـایە کە ئێمە ئەوەنـدە گیـرۆدەین، کە کـاتی زیادەمـان نییە بۆ ئەوەی سەرفی کێشەی ئەوانی بکەین.

ئەم بێچارانە پەنجا ساڵی تەمەنیان بە تاڵی بەسەر برد، هیچ کامیان بیریان لەوی تر نەدەکردەوە کە بە خۆیان بڵێن ئیتر بەسە !ئەوانە شێوەی قەرەبووکردنەوەی زیانیان نەدەزانی و نەیاندەوت: (ژیانی ئێمە بێهودە دەڕوا، لەم ساتەوە ئیتر بەسە).

دەرککردن بە نرخ و بەهای هەر شتێک لە ژیاندا گەورەترین ڕازی ئاسودەیی خەیاڵە. بە گومانی من، بەو شێوەیەی کە (عیار)ـی ئاڵتون لە محەک دەدرێت بۆ زانینی نرخەکەی، هەروەها محەکێک بۆ بەهای تەواوی شتەکانی ژیان هەبوایە ئەو کاتە دەتوانرا بەهای هەر شتێک وەک خۆی دیاری بکەیت، ئەمەش دەبووە هۆی ئەوەی کە نیوەی نیگەرانییەکانی مرۆڤ لەناو بچێت.

بۆ تێکشکانی خو و نەریتی نیگەرانی کار بەم دەستوورانەی لای خوارەوە بکە.

هەر کاتێ دەتەوێ بۆ شتێک بەهای کەمتر لە بەهای ڕاستەقینەی خۆی لەبەرچاو بگری دەستبەجێ خۆت ئاگادار بکەرەوە و ئەم پرسیارانە ئاراستەی خۆت بکە:

1. ئەو شتەی کە منی نیگەران کردووە چ بەهایەکی هەیە و نرخی ڕاستەقینەی چەندە؟

2. لە چ کاتێکدا دەتوانم جڵەوی زیان بگرمەوە دەست و نیگەرانی لەبیر بکەم؟

3. نرخی ڕاستی ئەم "فیکەیە" یا ئەو شتەی پەیوەندی بە منەوە هەیە چەندە؟ ئایا زیاد لە بەهای خۆیم پێ داوە؟

بەندی پانزەیەم

ئاو لە (دەستەوانە)دا مەکوتە

ئێستا کە سەرگەرمی نووسینی ئەم دێڕەم دەتوانم لە پەنجەرەی ژوورەکەمەوە سەیری دەرەوە بکەم و شوێن پێی بەجێماوی ئەو زیندەوەرە گەورانە ببینم کە مێژوویان دەگەڕێتەوە بۆ سەدوهەشتا ملیۆن ساڵ بە گوێرەی وتەی کارناسانی مۆزەخانەی مێژوویی زانکۆی یالا، کە ئەم شوێنپێی بەجێماوەیان لە نێوان بەردەلانە نیشتووەکاندا بە من فرۆشتووە، سەیرکە! بەڵێ، بە هەڵە نەتخوێندووەتەوە، سەدوهەشتا ملیۆن ساڵ پێش! بەڕاست وا دەزانی مرۆڤێکی نەزان بێتە کایەوە کە وا بزانێت 180 ملیۆن ساڵ دەگەڕێتەوە دواوە و لەو شوێنەوارەدا گۆڕانکاری دێنێتە ئاراوە؟ من وا نازانم! هەڵبەتە نەزانتر لەو نیگەرانییە لەم بارەیەوەیە، کە بۆچی ناتوانین 180 چرکە بگەڕێینەوە دواوە و گۆڕانکاری لەو ڕووداوانەدا بکەین؟ لەگەڵ ئەوەی کە هەموومان قایلین بەوەی ئەم نیگەرانییە لە نەزانینەوەیە، بەڵام زۆربەی ئێمە وا خۆمان ڕاهێناوە کە نیگەران بین لە کاتێکدا دەزانین کە ناتوانین بگەڕێینەوە بۆ ڕووداوی 180 چرکە پێش بە مەبەستی گۆڕانکاری لەو ڕووداوەدا بەڵکو تەنها دەتوانین شوێنەواری ئەو ڕووداوە بگۆڕین.

وا نازانم لە دنیادا ڕێگەیەکی گونجاوتر لە بەدواداچوون و شیکردنەوە و تەحلیلکردنی هەڵەکانی ڕابردوو بۆ ڕێگریکردن لە دووبارەبوونەوەیان بۆ سوودوەرگرتن لە ڕابردوو بوونی هەبێت. هۆشمەندانەترین کار ئەوەیە کە دەرس و عیبر لە ڕابردوو وەرگرین

و لە کونجی یادەوەرییە لەبیرکراوەکاندا زیندانی بکەین! من بڕوای تەواوم پێی هەیە، بەڵام نازانم تا چ ئاستێک ڕەفتاری پێ دەکەم. هەڵبەتە دڵنیا نیم لەو هۆشمەندی و لێهاتووییە سوودمەند ببم. ئێستا دەمەوێ بۆ وەڵامی پرسیارەکەی خۆم ئەزموونێک کە چەند ساڵێک لەمەوپێش بە دەستیەوە دەمناڵاند، کە لەدەستدانی سێسەد هەزار دۆلار بوو، بەبێ ئەوەی دیناریێ قازانج بکەم، بۆ ئێوەی باس بکەم.

بابەتەکە بەم شێوەیە بوو، کە من ئەبوایە کارگوزاریەکم بۆ ڕێکخستنی پۆلەکانی شەوانە و لقەکانی لە هەندێک لە شارەکانی ولاتەکەمدا دابین بکردایە.

پارەیەکی زۆرم سەرفی کارە سەرەتاییەکان و ڕاگەیاندن و بابەتی لەم شێوازە کرد، بەبێ ئەوەی خۆم لە حاڵەتێکی مادی باشدا بم. هەڵبەتە ئارەزووشم لەم کارە نەبوو کە دەبوایە لە ڕێگەی وتنەوەی دەرسی زۆرەوە قەرەبووی ئەو مەبلەغەم بکردایەوە کە سەرفم کردبوو. لە هەمووی خراپتر ئەوە بوو کە نەمدەزانی بۆ چاودێریکردنی خوێنکاران دەبێت خەرجی ژمێریار و کارمەندان و بەڕێوەبەران دابین بکەم.

پێویست بوو دوو کار بکەم، یا وەک "کاردر"، زانای ڕەشپێست کە چل هەزار دۆلاری پاشەکەوتی دەورانی ژیانی لەدەست دا، قایل بم یا بەسەر پۆلەکانەوە ئامادە بوومایە و سەرگەرمی وتنەوەی دەرس بوومایە -هەمان کاری کە کاردر کردی- یا بە شیکردنەوە و تەحلیلکردنی هەڵەکانمەوە خەریک بوومایە و ئەزموون و دەرسێکی هەمیشەیی لێوە فێر بوومایە، بەڵام من هیچ یەکێک لەم کارانەم نەکرد و بە تەواوی پاڵم بە نیگەرانییەوە دا و چەند مانگێک سەرگەردان و حەیران بووم و خەو و خۆراکم لە خۆم حەرام کردبوو.

لەجیاتی ئەوەی بە خۆمدا بچمەوە و بەوپەڕی لاوازییەوە درێژەم بە کارەکەم دا و زیانی تریشی چووە سەر. دانپێدانان و دەربڕینی

دەبەنگی بۆ مـن گـران و دژوارە، بەڵام مـاوەیەکە تێگەیشـتووم کە فێرکردنـی کـارێکی بـاش بە بیسـت نەفەر ئاسـانترە لەوەی کە خـۆم یەکێک بـم لەو بیسـت نەفەرە و بمەوێ کـار بە دەسـتوورەکانی خـۆم بکەم.

نـازانم چەنـدە ئـارەزووم هەبـوو وەک "ئـالن سـاندرز" لە نیعمەتـی خوێنـدن لە قوتابخـانەی "ژرژ" لە واشـنگتۆن بەهرەمەنـد بـبم و لە پۆلەکانی "براندون" سوودمەند ببم.

سەرنج بدەن کە "ساندرز" سـەبارەت بە ڕۆژەکانی خوێندنی خۆی چی دەڵێت:

(هێشتا تەمەنم نەگەیشتبووە بیست ساڵ لە توندی نیگەرانیدا گێژ و سەرگەردان دەبووم، عادەتم وابوو زیاد لە پێویست بە هەڵەکانی خۆم پەرێشان و ناڕەحەت دەبووم.

هەر کـاتێ لە تـاقیکردنەوەی یەکێـک لە وانەکانـدا نمـرەی باشـم بە دەسـت نەهێنـایە وەک نەخۆشـێکم لـێ دەهـات کە حـاڵی خـراپ بـێ و نـیگەران بـووم لەوەی نەوەک دەرنەچـم. لەم سـاتەدا، بە نیگەرانـی و مشەوەشـی بیـرم لە شـتانێکی بێبـایەخ دەکـردەوە کە کـاتی خـۆمم بە تەواوی پڕ کردبۆوە.

بە خۆمم دەوت:

بریا ئەو کارەم نەکردایە و ئەو کارەم بە ڕێگەیەکی تر ئەنجام بدایە. ئەمە چ قسەیەک بوو کە لە دەمم دەرچوو؟ باشتر وابوو قسـەکەم بە شێوەیەکی تر بکردایە؟

ڕۆژێکیان هەموو خوێندکارەکان لە تاقیگەدا کۆ بووبوونەوە، منیش یەکـێ لەوانە بـووم. "برانـدون" بە بتڵـێ شـیرەوە هـاتە ژوورەوە، هەمووومـان سـەیری بـتڵە شـیرەکەمان کـرد و مـن لە خـۆمم پرسـی ئەوانـیش لە خۆیانیـان پرسـی بـتڵە شـیر چ پەیوەنـدییەکی بە دەرسـی

پزیشـکی و تاقیگـاوه هەیە؟ مامۆسـتا لە کـاتی قسـەکردندا بە توونـدی دەستی جووڵاند و بتڵە شیرەکەی لە دەست کەوت و بە توندی کەوت بە زەویـدا. ئەنجـامەکەی ئاشـکرایە، بـتڵەکە شـکا و شـیرەکەش لەنـاو تـاقیگەکەدا بـڵاو بـوویەوە. دەنگـی بە داخەوەی خوێنـدکارەکان بەرز بوویەوە.

براندون بە دەنگێکی بەرز وتی:

(بۆ بتڵێکی شکاو و شیرێکی ڕژاو بەداخ مەبن.) لە دواییدا مامۆسـتا هەمـوو خوێنـدکارەکانی لە دەوری شـیرە ڕژاو و بـتڵە شـکاوەکە کـۆ کردەوە و بە ئیشارەتکردن بۆ ئەو سەحنەیە وتی:

(دەمەوێ ئەم دەرسـەتان لە بیـر نەچـێ کە شـیرەکە ڕژاوەتە سـەر زەوی و ئێـوەش کارێکتـان لە دەسـت نـایە! پێش لە ڕژانـی دەبـوو بە کەمێک وردی و دانانی بتڵەکە لە شوێنێکی گونجاو لە ڕژانی بەرگری بکەیـت، بەڵام ئێسـتا هەرچـی هـاوار و نـاڵە بکەیـت ناتوانیـت شـیرەکە بگەڕێنیـتەوە بـۆ نـاو بـتڵەکە. ئێسـتا کـار لە کـار تـرازاوە جـگە لە لەبیرکردنی چارەیەکی ترت نییە.)

"ساندرز" لە بەردەوامیدا وتی:

(لەم نمایشـە بچـووکە وانەیەک فێـر بـووم کە زیـاتر لە تەواوی وانەکانی کە ئێستا لە بیرم کردوون کاریگەری هەبوو لەسەرم. مـن فێـر بـووم کە بـۆ ڕژانـی شـیر بەداخ نەبـم، تەنهـا کارێـک بـکەم کە نەڕژێت، بەڵام کاتێ ڕژا ئیتر چارەیەک نییە و دەبێ لە بیری خۆمی بەرمەوە.)

ئێستا ئێوە بە خۆتان دەڵێن بۆچی ئەم هەمووە لە ئاستی پەندێکی لە بەرچـێ داکەوتـوو (بـۆ شـیری ڕژاو شـیوەن مەکەن) پاڵیـان لـێ داوەتەوە و چەنـدەها جـار ئەو پەنـدە ڕوون دەکەنەوە؟ مـافی خۆتـانە خۆشم دان بەم مەسەلەیەدا دەنێم کە ئەم پەندە لە بەرچێ داکەوتووە،

بەلام لە بیرتان بێت کە ئەم پەندە سادەیە وەک پەندەکانی تر (تا بە پەردەکە نەگەیشتووی بە سەریدا تیمەپەڕە) ئەزموونی میلەتانن و قسەگەلێکی حەکیمانەن کە سەبارەت بە لابردنی نیگەرانی بێهوودە وتراون.

من وا دەزانم ئەگەر لە باتی ئەم پەندە ڕیپۆرتاژێکی زانستیم دەربارەی نیگەرانی دەنووسی ئەوەندە سوودمەند نەبوو کە ئەم پەندە سادەیە دەتوانێت سوودمەند بێت! ئەگەر لە باتی لەبیرکردنی ئەم پەندە سادەیە و پەندەکانی تر کاریان پێ بکەیت پێویستت بە خوێندنەوەی ئەم کتێبە نەبوو. چون مەبەستی من لە نووسینی ئەم کتێبە فێرکردنی شتانێکی نوێ نییە بە ئێوە، بەڵکوو ئامانجی من ئاگادارکردنەوەی ئێوەیە لە شتانێک کە دەیزانن و کاری پێ ناکەن.

هەرگیز وتەکانی "مولرشید" بەڕێوەبەری بڵاوکراوەی فیلادلفیا کە وتارێکی پێشکەش بە خوێندکارە دەرچووەکانی کرد هەرگیز لە بیری ناکەم. بەڕێوەبەری بڵاوکراوەی فیلادلفیا، هەندێک وتەی کۆنی لەگەڵ وتەکانی خۆیدا لە قاڵبی داڕشتنی تازە و جواندا پێشکەش کرد، کە کاریگەرییەکی تەواوی لەسەر گوێگران بەجێ هێشت.

"مولرشید" لە خوێندکارەکانی پرسی:

(کێ لە ئێوە خۆڵی بێژراوی بێژاوەتەوە؟ هەر کەس ئەم کارەی کردووە دەست بەرز بکاتەوە.)

ئاساییە کە کەس دەستی بەرز نەکردەوە. مولرشید وتی:

- دەمزانی ناتوانن خۆڵی بێژراو ببێژنەوە، چونکە پێشتر جارێک بێژراوەتەوە! ڕابردووش هەر هەمان حاڵی هەیە، جارێک ڕابردووە و بۆ جاری دووەم دووبارە نابێتەوە. کاتێ دەربارەی شتانێکی لەناوچووی ڕابردوو نیگەران دەبیت، وەک ئەوە وایە کە بتەوێت خۆڵی بێژراو ببێژیتەوە، ئەمەش (ئاو لە دنگدا کوتاندنە.)

ڕۆژێک لە "کونی ماک"ی تەمەن هەشتا سالّم پرسی:

- ئایا بۆ ئەو یارییانەی کە لە ڕابردوودا براوە بووی و ئێستا پیر بوویت و پیری ڕێگری یاریکردنی لێ کردووی نیگەران نیت؟

ماک لە وەلاّمی مندا ڕاستگۆییانە وتی:

- لە سەرەتادا کە وازم هێنا نیگەران بووم، بەلاّم لە دوایدا تێگەیشتم کە نیگەرانی سوودێکی بۆ من نییە، بەس بۆچی کاری بێهوودە ئەنجام بدەم؟ مەگەر دەبێت بەو ئاوەی کە لە ئاشی ئاوەوە دەردەچێت گەنم بکەی بە ئارد؟ ماک حەقی بوو. بە ئاوێک کە لەژێر پەڕەکانی ئاشی ئاوەوە دەردەچێت ناتوانیت گەنم بکەیت بە ئارد، تەنها کارێک کە دەتوانیت بیکەیت پەرێشانبوون و ناڕەحەتی دەروونی و پاشان برینداربوونی گەدەیە. تشرینی یەکەم تێپەڕی بوو. شەوێکیان نانی ئێوارەم لەگەلّ "جک دیمپس"ی پالّەوانی مشتەکۆلّەی بەناوبانگ دەخوارد. ئەو لەسەر مێزی نانخواردندا سەبارەت بە تێکشکانێکی لە پێشبڕکێیەکدا کە بوو بەهۆی ئەوەی ناونیشانی پالّەوانیەتی بە "تونی" بەرامبەرەکەی ببەخشێت وتی:

- لە کاتی پێشبڕکێدا هەستم دەکرد هێز و توانام لێ براوە و وەک پیاوێکی پیرم لێ هاتووە. لە کۆتایی دەورەی دەیەمدا ئەگەرچی دیسانەوە لەسەر پێ وەستا بووم، بەلاّم توانای جوولّەم نەبوو. سەرو چاوم هەلّئاوسا و بریندار بووبوو. چاوەکانم شتێکی ئەوتۆیان نەدەبینی. بەلاّم زانیم کە دادوەر دەستی "تونی" وەک براوە بەرز کردەوە.

من چیدی پالّەوانی جیهان نەبووم! پشتم کردە ئەو خەلّکانەی کە بۆ سەیرکردن هاتبوون بە نیگەرانییەوە ڕووەو ژووری ڕاکشان ڕۆشتم. لە کاتی ڕۆشتنمدا هەندێ لە خەلّکی دەیانویست دەستم بگرن و

هەنـدێکی تـریش لە نارەحەتیـدا دەگریـان و فرمێسـک لە چاوانیانـدا قەتیس مابوو.

ئەو قسەی دەکرد، بەڵام چیدی ئەو پاڵەوانێکی بەهێز نەبوو، بەڵکوو مرۆڤێکـی بەویقــار و پـوختە بــوو کە دەیویســت ئەزمونەکــانی بە خەڵکانی تر ڕابگەیەنێت.

- ساڵی دوایی جارێکی تر لەگەڵ "تونی"دا پێشبڕکێم ئەنجام دا، ئەم جارەش سوودی نەبوو. ئەگەر چی حاڵەتێکی دژوارە، بەڵام من هەوڵم دا نیگەرانی لە خۆم بە دوور بگرم و ئەو کارەشم کرد.

بە خـۆمم وت: نـامەوێ لە ڕابـردوودا بـژیم و بـۆ شـیری ڕژاو بەداخ بم. بەرگەی ئەم زەربەیە دەگـرم، بەڵام نـابێ لەپـێ بـکەوم! دەتـانەوێ بزانن "جک دیمپسی" چـۆن تـوانی بگـاتە ئامـانج؟ ئایـا چەند جارێـک بە خۆی وت:

(نابێت بۆ ڕابردوو نیگەران بم)؟ نەخێر. ئەم بە بیرهێنـانەوەی، جگە لە سەرقاڵکردنی بیر و هۆش هیچ سوودێکی تری نەبینی بوو.

ئەو بە تێکشـکان قایـل بــوو و ئەوی بــۆ هەمیشــە لە بیــری خـۆی بـردەوە و تەواوی متمـانەی خـۆی خسـتە سـەر داهـاتوو و بە هـۆیەوە سەرکەوتنی بەدەست هێنا.

بــۆ ئەنجامــدانی چالاکییەکــانی بەو پــارەیەی کە لە پێشــبڕکێکاندا بەدەسـتی هێنـا بـوو، چێشـتخانەیەکی بە نـاوی خـۆیەوە لە ئـوتێلێکی نیویۆرکدا بنیاد نـا. ئەو بە ئەندازەیەک سـەرگەرمی ئەم کارە بـوو کە بوارێکی بۆ نیگەرانبوون بۆ نەمـابۆوە. ئەو شـەوە "جک دیمپسـی" بەم ڕستەیە کۆتایی بە وتەکانی دەربارەی خۆی هێنا:

- لە دوو ســاڵی دوایـدا، ژیــانی مـن بە تەرتیـب خۆشـتر بــووە لە دەورانـی پـاڵەوانیەتیم! جارێـک بە دیـداری زینـدانی "سـینگ سـینگ" و بینینـــی زینـــدانییەکانی ڕۆیشــــتم لەوەی کە ئەمبینـــی هەنـــدێک لە

زیندانییەکان خۆشحاڵتر بوون لە کەسانێکی ئازاد، ئەم باسەم لەگەڵ "لویی ئالاوز" کرد کە لەو کاتەدا لێپرسراوی زیندانییەکان بوو. ئەو وتی:

- تاوانباران کاتێ دێنە ناو زیندانەوە زۆر پەرێشان و گیرۆدەن.

بەڵام دوای چەند مانگێک ئەوانە هۆشیارترن بەدبەختی و نیگەرانی لە بیر دەکەن و ڕۆژەکانی ناو زیندان بە هێمنی بەسەر دەبەن و سوودیشی لێ وەردەگرن. لە هەمان کاتدا کە بەڕێوەبەری زیندان قسەی دەکرد، سەرنجی پیرە پیاوێکی زیندانیم دەدا کە لە حەوشی زیندانەکەدا سەرگەرمی ناشتنی نەمام و ئاودانی گوڵەکان بوو لە هەمان کاتدا گۆرانیشی دەوت.

بەڕێوەبەرەکە کە بینی پیرەمێردەکە سەرنجی ڕاکێشاوم وتی:

- ئەمە یەکێکە لە زیندانییە ژیرەکان! ئەوەندە بێخەیاڵە کە ئەڵێی لە دنیادا لە ئەو شادتر پەیدا نابێ.

ئەو ڕاستی دەوت. بۆچی بەبێ هۆ فرمێسک بڕێژم؟ هەموو یەکێ لە ئێمە تووشی تاوان و هەڵە بووین و دیسانەوەش لەوانەیە تووشی ببین، دەتوانیت ناوی کەسێک بێنی کە هەڵەی نەکردبێت؟

"ناپلیۆن" بەو هەموو توانا سەربازییەوە لە سێ یەکی شەڕەکاندا تێک دەشکا.

کێ دەڵێ بەرەنجامی سەرنەکەوتنەکانی ئێمە لە ئەو کەمتر نییە؟ کێ دەزانێ؟

لە هەر حاڵێکدا نە فەقیر و نە دەوڵەمەند، نە شا و نە سواڵکەر هیچ کامیان ناتوانن ڕابردوو بگەڕێننەوە و دووبارە بیگرنەوە دەست.

باشترین کار ئەوەیە کە ئەم دەستوورانەی خوارەوە بە کارەوە ببەستیت.

هەوڵ مەدە خۆڵی بێژراو ببێژی، چونکە ئەگەر ئەم کارەت ئەنجام دا ئاوت لە دنگدا کوتاوە!

کورتەی فرمانەکانی بەشی سێیەم

دەستووری کارەکانی بەشی سێیەم بە کورتی

دەستوور

1. بە مەشغوڵبوون بە کار و سەرگەرمی نیگەرانی لە خۆتان دوور بخەنەوە. کاریگەرترین دەرمان بۆ چارەسەرکردنی نیگەرانی مەشغوڵی جەستەیە.

دەستوور

2. گرنگی بە ئەزموون بدەن، بەڵام ڕێگە نەدەن شتانێکی بێبایەخ نیگەرانتان بکات.

دەستوور

3. یاسای ئاستی ناوەند بەکار بێنە بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی نیگەرانییەکانی خۆت و لە خۆت بپرسە: ئەم ڕووداوە دەبێ چ ئەنجامێکی خراپی هەبێت؟

دەستوور

4. خۆت لەگەڵ ڕووداوی بێچارەسەردا بگونجێنە. ئەگەر تووشی ڕووداوێک بوویت، کە لە توانای تۆدا نەبوو بە خۆت بڵێ: (هەر ئەمەیە و لەمە زیاتر نابێت.)

دەستوور

5. کار بە ڕەوشی قەرەبووکردنەوەی زیان بکە و دەربارەی شتێک زیاد لە بەهای خۆی نیگەران مەبە. دەستوور

6. ڕابردوو لەبیر بەرەوە و هەوڵ بدە خۆڵی بێژراو مەبێژەرەوە، چونکە لەو کاتەدا ئاوت لە دنگدا کوتاوەتەوە!

بەشی چوارەم

بەندی دوانزەیەم

حەوت ڕێگە بۆ بەهێزکردنی ئاسوودەیی خەیاڵ

هەشت دەستەواژە بۆ گۆڕانکاریهێنان بەسەر ژیاندا

چەند ساڵێک لەمەوپێش بانگهێشت کرام تا لە بەرنامەیەکی ڕادیۆییدا بەشداری بکەم. لەو بەرنامەیەدا داوام لێ کرا کە وەڵامی ئەم پرسیارانە بدەمەوە:

گەورەترین وانە کە تا ئێستا فێری بوویت چییە؟

وەڵامی ئەم پرسیارە بۆ من ئاسان بوو، چونکە بە باشی دەمزانی باشترین وانە کە لە ژیاندا فێری بووبووم بایەخدان بوو بە بیرکردنەوە و هۆشمەندی.

بە بۆچوونی من سادەترین ڕێگا بۆ ناسینی کەسایەتییەکان ئاشنابوونە بە چۆنییەتی بیرکردنەوەیان. ئەگەر من بە چۆنییەتی بیرکردنەوەی ئێوە ئاشنا بم بە ئاسانی دەتوانم کەسایەتیتان بناسم و بزانم چی لە ناختاندا دێت و دەچێت. ئەفکار و بیرکردنەوەمان ناسێنەری کەسایەتیمانە، یا بەدەربڕینێکی تر چۆنییەتی بیرکردنەوەی کەسەکان هۆکاری نادیاری چارەنووسسازە کە هەموو شتێک لە ژیانی مرۆڤدا دەستنیشان دەکات.

" ئامرسن" دەڵێت: ژیانی مرۆڤ واتە زۆرینەی بیرکردنەوەکانی ئەو. بە بۆچوونی ئێوە ئایا لەوە زیاترە؟

دوای چەندەها ساڵ ئەزموون و لێکۆڵینەوە بەو ڕاستییە گەشتم کە گەورەترین کێشەی مرۆڤ بە باشی بیر نەکردنەوەیەتی. ئەگەر بە باشی و مەنتقی بیر نەکەینەوە، هەموو شتێک نابەجێ و ئازار هێنەرە، ئەگەر بە باشی بیر بکەینەوە هیچ کێشەیەک نییە کە توانامان بەسەریدا نەبێت.

"ماركوس ئاوریلیوس" فەیلەسوفێک کە ئیمپراتۆریەتی ڕۆمی بەڕێوە دەبرد، چەندەها سەدە لەمەوپێش وتوویەتی:

ژیان لەدایکبوو و پاڵێوراوی بیرکردنەوەمانە.

من حەق بە ئاوریلیوس دەدەم، ئەم ڕستەیەی ئەو کورتکراوەی فەلسەفەکانی چارەنووسسازە. ئەگەر بیرکردنەوەی جوان و ڕازاوە لە مێشکماندا هەڵقوڵێت و بە باشی کاری پێ بکەین بە دڵنیاییەوە خۆشبەخت دەبین، ئەگەر خۆمان بدەینە دەست بیروبۆچوونی ناشایستە و بە هیلاکدابەر پەریشانی و پەشیمانی بۆ خۆمان هەڵدەبژێرین.

سادەترین شێوەی مەسەلەکە ئەمەیە کە ئەگەر ڕێگەی ئەفکار و بیری ناقۆڵا و ناخۆش بە مێشکی خۆمان بدەین بەرهەمەکەشی ناقۆڵا و ناخۆشە، ئەگەر بیری خۆمان پاڵ بدەین بە ناکامی و تێکشکانەوە دەبێ بێ چەندوچوون پێشوازی لە ناکامی و تێکشکان بکەین. جگە لەمە ئەگەر هەمیشە لە بیری بەدبەختییەکانی خۆماندا بین خەڵکانیش ڕوومان لێ وەردەگێڕن.

"نرمان وینست پیل"، ڕستەیەکی جوانی هەیە کە دەڵێت:

(ئێوە ئەو شتە نین کە بیر دەکەنەوە، بەڵکو بەو شێوەیەن کە بیر دەکەنەوە.)

هەڵبەتە بۆچوونی من ئەوە نییە کە سەبارەت بە هەموو شتێکی ژیان خوێنسارد بن و بێباکی نیشان بدەن، نەخێر هەرگیز، چون

بەدبەختانە ژیان ئەوەندەش سادە و ئاسان نییە. پێشنیاری من ئەمەیە کە لە ژیانـدا لەجیـاتی پێـداگری و لایەنگیریکردنـی بیرکـردنەوەی نێگەتیڤانە، خۆتـان لە هەلومەرجێکدا جێگیـر بـکەن کە بیرکردنەوەتـان هەنگاو بەرەو پۆزەتیڤانە بنێت. ئەمە پێویستە کە ئاگامان لە کێشەکانی خۆمان بێت، بەڵام دەبێت بە گوێرەی توانا نیگەرانی نەبین.

بەڕاسـت هـیچ بیرتـان کـردۆتەوە کە چ جیـاوازییەک لە نێـوان بەئاگـابوون و نیگەرانیـدا هەیە؟ بەئاگـابوون، واتە هەسـتکردن بە کێشـەکان و دوورخسـتنەوە و لابردنیـان بە هێمنـی و ئـارامی و بیرکردنەوەیەکی گونجاو، لە کاتێکدا نیگەرانی واتە: بێهوودە و دێوانە ئاسا لەژێر کاریگەری بیروبۆچونی نابەجێدا بین، هیچ بەهرەیەک جگە لە خۆمانـدووکردنی بێئەنجـام بەدەسـت نـاهێنن! لە خسـتنەڕووی جیـاوازی نێـوان بەئاگـابوون و نیگەرانـی هەر ئەوەنـدە بەسـە کە مرۆڤێک بتوانێت کێشـە و ئاستەنگە گەورەکانی ژیـانی خـۆی دیـاری بکات و لە هەمان کاتدا بتوانێت بەوپەڕی تواناوە هەنگاو هەڵگرێت و گوڵیش لە بەرۆکی بدات.

من بە چـاوی خـۆم لە ڕووداوەکـانی فلیمـی "لـورنس" لـوول تۆمـاس بەم شـێوەیە بینـیم. ئەم ڕووداوە پەیوەنـدی بە جەنـراڵ "ئـالبنی و لورنس"ەوە هەبوو لە جەنگی جیهانی یەکەمدا. تۆمـاس و هاوکـارانی مەیـدانەکانی جەنگیـان لە شـەش بەرەی گرنگـدا فیلمـبەرداری دەکـرد. باشترین شتێک کە ئەوانە بە دەستیانەوە بوو فیلمی واقیعی لورنس و سوپاکانی عەرەب بوو و فلیمی تریش بـوو کە ڕووداوی ڕزگـارکردنی فەلەسـتین لەسـەر دەسـتی جەنـراڵ "ئـالبنی" نیشـان دەدا. وتارەکـانی تۆمـاس لەگەڵ نمایشـی فلیمەکانیـدا لەژێـر ناونیشـانی " البنـی" لە فەلەستین و "لورنس" لە عەرەبستان ژاوەژاو و هەرایەکی لە لەندەن و لەوانەیە لە سەرانسـەری دنیـادا بەرپـا کـرد. کـاتی نمایشـکردنی لە لەندەن شەش هەفتە دواخرا تـا بتوانن بە ڕوونکردنەوەی داستانە پڕ

ڕووداوەکە و نمایشـکردنی فـیلمەکە بـۆ خەڵاتـی سـەڵتەنەتی "کاونـت گاردن" درێژە بکێشێت.

دوای بەدەسـتهێنانی ئەو سـەرکەوتنە درەوشـاوەیە لە لەنـدەن، بـۆ جێکردنەوەی نمایشکردنی فلیمەکانی، سەفەری بۆ وڵاتانی زۆر کرد و لەو سـەفەرانەدا سـەرکەوتنێکی زۆری بەدەسـت هێنـا. دوای ئەوە مـاوەی دوو سـاڵ دەسـتی کـرد بە بەرهەمهێنـانی فیلمێکـی واقعـی لە هندستان و ئەفغانستان.

ئەو لەم بگرەوبەردەیەدا ڕووبەڕووی ژمـارەیەکی زۆر نەهـامەتی و بێشانسـی بـوویەوە، ئەوەی نەدەبـوایە ڕوو بـدات ڕوویـدا کـە تێکشکانەکەی لە لەندەن بوویە مـایەی سەرسووڕمان و تێرامـان. لەو ڕۆژانەدا من لەگەڵیدا بووم. هێشتا لە بیرم نەکردبوو کە لە چێشتخانە پلە سێکانی لەندەندا بە خواردنی هەرزان سکی تێر دەکرد.

بەبێ موبـالەغە بڵێم، ئەگەر تۆمـاس بڕێک پـارەی لە هونەرمەندێکی "ئسـکۆت لەنـدی" وەرنەدەگـرت توانـای خۆتێرکردنیشـی بەو خـواردنە هەرزانـانە نەبـوو، منیش دەبوایە لەگەڵیدا بەرگەی برسـێتیم بگرتـایە. بنەماو بنەڕەتی داستانەکەی تۆمـاس کە بۆ مـن بـایەخی هەیە لێرەوە دەست پێدەکات:

تۆمـــاس لەو کـــاتەدا کە لەگەڵ تێکشـــکان و قەرزێکـــی زۆردا ڕووبەڕووبووبوویەوە، خۆی نەدەدایە دەست نائومێدی و پەرێشانی.

ئەو جـار بە جـار دەکەوتەوە بیـری کـارەکەیی و تێکشـکاندنەکەی، بەڵام بـــواری خۆنوانـــدنی بە خەفەت و نیگەرانـــی نەدەدا. تۆمـــاس دەیزانـی ئەگەر بـوار بە نائومێدی بـدات و بهێڵێت نیگەرانـی ئـازاری بدات بە هیچ ناگات.

بۆچوونی وابوو کە بەیانیان لە ماڵ دەردەچوو گوڵێکی دەکڕی و لە بەرۆکـــی دەدا و بە هەنگـــاوی تونـــدوتۆڵ و ســـەری بەرزەوە لە

شــەقامەکانی ئۆکســفۆردد دەچــووە خــوارەوە و جــگە لە ئەفکــار و بۆچوونی بەجێ و ئومێدبەخش ڕێگەی هیچ ئەندێشەیەکی بە مێشکی خۆی نەدەدا و هەرگیز نەیدەهێشت تێکشکاندنەکەی لە پێی بخات.

تۆمـاس، تێکشـکاندنەکەی بە بەشـێک لە کـارەکەی دەزانـی -ئەویش بەشــێکی ســەرەکی- هەمیشــە دەیــوت تێکشــکان ڕاهێنــانێکی سوودبەخشــە، چــونکە هەر کەســێک خوازیــاری ســەرکەوتن و پێشکەوتن بێت دەبێ چاوەڕوانی تێکشکانیش بێت! جۆری بیرکردنەوە یا چۆنییەتی بیر کردنەوە کاریگەرییەکی ڕاستەوخۆی باوەڕنەکراوی لەسەر توانای جەستەیی ئێمە هەیە.

"هاروفیلـد" یەکـێکە لە نـاودارانی دەرمـانی نەخۆشـی دەروونـی لە ئینگلترا لە کتێبە بچووکەکەی خۆی بە ناوی (هێز و توانـا لە ڕوانگـەی دەروونناســییەوە) بــۆ ئــێمە ڕوون دەکــاتەوە کە چــۆن کــاریگەری بیروبۆچوونی لەسەر توانای جەستەیی سێ کەس تاقیکردۆتەوە.

(... جـاری یەکەم کە لە حـاڵەتێکی ئاسـایدا بـوون، ئاسـتی ناوەنـدی توانای ئەوانە 101 پاوەند بوو. بەڵام کاتێ کە ئەوانم خەواند و پێم وتن ئێوە کەسانێکی لاوازن، ئاستی ناوەندی توانـای ئەوانە لە ئـامێری پێوەری هێزدا لە 29 پاوەند زیاتر نەبوو. سەیر لەوەدا بـوو یەکێ لەو سـێ نەفەرانە پـاڵەوان بـوو، بەڵام کـاتێ کە خەوانـدم و پـێم وت کە توانــات کەمە بە گــوێرەی پێویســت نیــیە، وتــی بــازووم لە بــازوی منداڵێکی شیرەخۆرە لاوازترە. لە قۆنـاغی سـێیەمدا، کە هێشـتا لەژێر کـاریگەری خەوی موگناتیسـیدا بـوون پێیـان وتـرا کە کەسـانێکی زۆر بەتوانــا و بەهێــزن. کــاریگەرییەکی ئەوتــۆی لەســەریان هەبــوو بە شێوەیەک کە توانای ئەوانە لە ئـامێری پێوەری هێزدا لە 142 پاوەند تێپەڕی کرد. هۆکاری ئەو کاریگەرییە گەورەیە ئەوە بوو کە مێشـکیان بە بیرکـردنەوەی توانابەخشــەوە خەرک بـوو! ڕاسـتییەکەی ئەمەیە کە

تەرازووی کاریگەری بیری مرۆڤ لەسەر تواناکەی ئەوەندە زۆرە جێگەی باوەڕ نییە).

مۆڵەت بدەن بۆ ڕوونکردنەوەی وەها توانایەک کە جێگەی باوەڕی مرۆڤ نییە کە یەکێک لە سەدەها بەسەرهات کە هەر مرۆڤێک لەگەڵ نموونەیەکیدا ڕووبەڕوو بووەتەوە! هەڵبەتە دەمتوانی لەم بارەیەوە کتێبێک بنووسم، بەڵام هەوڵ دەدەم بابەتەکە کورت بکەمەوە بۆ ئەوەی نەتیجەیەکی خێراتری لێوە بەدەست بێنین.

لە یەکێ لە شەوەکانی سەهۆڵبەندان و مانگی ئۆکتۆبەر، هاوکات لەگەڵ شەڕەکانی ناوخۆی ئەمەریکا، ئافرەتێکی بێلانە و سەرگەردان لە دەرگای ماڵی خانمی "وبستر"ـی دا، کە هاوسەری کەشتیەوانێکی خانەنشین بوو لە "ماساچوست" دەژیان. خانمی "وبستر" دەرگاکەی کردەوە و لە بەرامبەری خۆیدا دەردەدارێکی بینی، کە بە ئەندازەی سەد پاوەند گۆشت و ئێسقان بوو، زۆر بە داماوی و شێواوی ڕاوەستا بوو. ئەو ئافرەتە بێگانەیە کە لە دواییدا ناوەکەی زانرا ناوی خانمی

"گلاور" بوو، وتی:

- بە دوای شوێنێکدا دەگەڕێم کە ببێتە پەناگایەک بۆم و بتوانم سەبارەت بە بابەتێک بیر بکەمەوە، کە شەو و ڕۆژ بیری مەشغوڵ کردووم.

خانمی "وبستر" بەو ئافرەتەی وت:

- چ باشتر کە لێرە بمێنیتەوە، چونکە من تەنهام و ئازاردەرێکیش نییە کە بتوانێت بیرت ئاڵۆز بکات! هەڵبەتە ئەگەر نا کوڕەکەی خانم وبستر -بیل ئالیسن- بەڕێکەوت بۆ بەسەربردنی پشووی خۆی نەدەهاتە ئێرە، خانمی گلاور لێرە دەمایەوە، بەڵام بیل بە بیستنی دەنگی خانمی گلاور هاواری کرد:

- هەرگیز ڕێگە نادەم ئافرەتێکی بێکەسوکار بێتە ئەمماڵەوە.

بیل ئەو ئافرەتە بێپەنایەی لە ماڵەکە کردە دەرەوە و باران بە لێزەمە دەباری. ئافرەتەکە چەند خولەکێک لەژێر بارانەکەدا وەستا و جارێکی تر بۆ بەدەستهێنانی پەناگایەک بەڕێ کەوت.

بەشی سەرنجڕاکێشی داستانەکە لێرەدایە کە چارەنووسی ئەو ئافرەتە بێکەس و کارە کە بیل لە ماڵەکە کردیە دەرەوە بە پایەیەکی تری گەیاند.

ئەم ئافرەتە هەمان ئەو کەسەیە کە ئەمڕۆ بە ناوی،" ماری بیکر" دەیناسین و دەزانین گەورەترین کاریگەری فکر و بیری مرۆڤایەتی لەسەر ئەندێشەی مرۆڤ هەیە. ئەو زانایەکی مەسیحیەتە. خانمی ماری بیکر، لە ژیاندا جگە لە خەم و دەرد و خەفەت یار و یاوەرێکی تری نەبوو و بیمارییەکەشی بەهۆی ئەمانەوە تەشەنەی کرد بوو. مێردی یەکەمی چەند مانگێک دوای ئەوەی زەواجی لەگەڵدا کرد مرد. مێردی دووەمی نوسا بە ئافرەتێکی تری مێرددارەوە و گرنگی بەم نەدەدا، ئەمیش دوای ماوەیەک لە خانوویەکی داڕووخاودا ژیانی بەسەر دەبرد.

تەنها شتێک کە بۆ ماری مابوویەوە کوڕێکی بچووکی چوار ساڵە بوو کە لە تاو هەژاری و نەبوونی و نەخۆشی کوڕکەشی بەرەڵا کرد و تا ئەمڕۆ سی و یەک ساڵە بەدوایدا دەگەڕێت و هیچ هەواڵێکی لە بارەیەوە بە دەست نەگەشتووە.

لەمەبەدوا خانمی ماری بەهۆی نەخۆشینێکەوە، کە هەیبوو چەندین ساڵ خۆی بە خوێندنەوەی شتانێکەوە خەریک کردبوو، کە بە گوێرەی وتەی خۆی ناوی (زانست دەرمانی بیرە). بەڵام گۆڕانکاری لە ژیانیدا لە ناوچەی "لین" لە سەردەمی فەرمانڕەوایی "ماساچوست" ڕوویدا.

لە ڕۆژێکی ساردی زستاندا لە کاتی پەڕینەوەی لە شەقامێکی بەستوودا هەڵخلیسکا و بە شێوەیەکی وا کەوت بە زەویدا کە ستوونی فەقەراتی شکاو بە دەست ئیفلیجییەوە گیرۆدە بوو. هەتا پزیشکانیش ئومێدی ژیانیان بۆی نەبوو. پزیشکەکان دەیانوت: ئەگەر موعجیزەیەک ڕووبدات بە زیندووی بمێنێتەوە، هەرگیز ناتوانێت بڕوات بە ڕێگەدا.

لەسەر ئەو جێگەیەی کە بڕیار وابوو جێگەی مەرگی بێ، ماری کتێبی پیرۆزی کردەوە و ئەمەی خوێندەوە:

(نەخۆشێکی ئیفلیج کە لە جێگەدا کەوتبوو هێنایان بۆ لای "روح القدس" پێی وت: کوڕکەم خۆشحاڵ بە لە تاوانەکانت خۆشبوون، جێگەکەت لابەرە و بچۆرەوە بۆ ماڵەوە، ئەویش لەسەر جێگەکەی هەستایەوە و ڕۆشتەوە بۆ ماڵەوە).

ئەم وشانە ئەوەندە کاریگەری لەسەری هەبوو بە شێوەیەکی وەها ترسولەرزەکەی لێ دوورخستەوە کە دەستبەجێ لەسەر جێگەکەی هەستایەوە و کەوتە ڕێکردن.

خانمی ماری دەڵێت:

ئەم ئەزموونە وەک کلیلێک وا بوو کە دەرگای کێشە و ئاستەنگەکانیان بۆ من والا کرد تا کێشە و ئاستەنگەکانم لێیەوەی دەرباز بن.

بۆم دەرکەوت کە چۆن چاکسازی لە خۆمدا بکەم و چۆن بۆ چاکسازی خەڵکانی تر تێبکۆشم. ئاشکرا بوو بۆم، کە هۆی سەرەکی هەموو ئازار و ڕەنجەکانی مێشکی مرۆڤ چۆنیەتی بیرکردنەوەی ئەو مرۆڤەیە.

شایەنی باسە من پەیڕەوی ئەفکار و بۆچوونی خانمی بیکر ناکەم، کە ناونیشانی (زانای مەسیحیەتی) بەدەست هێناوە، بەڵام لە ئەنجامی

سی و پێنج ساڵ خوێندندا گەشتومەتە ئەو ڕایەی کە پیاوان و ژنان دەتوانن بە گۆڕانی شێوەی بیرکردنەوەیان، نیگەرانی و هەتا شێوازی جۆراوجۆری نەخۆشی دەروونی لە خۆیان دوور بخەنەوە.

بەو شتەی کە دەیڵێم باوەڕی تەواوم هەیە و کاریگەرییەکەی دەزانم، دەزانم! باوەڕ بکەن لە ئەنجامی ئەم گۆڕانکاریانە ئەوەندە ڕووداوی موعجیزەئاسا ڕوویداوە بۆ نموونە یەکێ لە خوێندکارەکانی خۆم کە بە نەخۆشی تووڕەبوونەوە (عصبی) گیرۆدە بوو وتی:

(بۆ هەموو شتێک نیگەران دەبووم، نیگەرانی من بۆ ئەوە بوو کە زۆر زەعیف و لاواز بووم. وامدەزانی مووەکانی سەرم لە حاڵەتی وەریندان و ئەوەندەش پارەم نەبوو کە بتوانم زەواج بکەم. بەم مەرجانە من ئەو کچەی کە خۆشم دەوێ لەدەستی دەدەم و هەرگیز ناتوانم ببمە باوکێکی باش.

بە کورتی، ژیانێکی باشم نەبوو، ئەبوایە لە هەموو شتێکدا ئازارم بچێشتایە -لە ڕووبەڕووبوونەوەم لەگەڵ خەڵکیدا، لە برینی گەدەدا، لە ئیش و کارمدا. بەڵێ، لە هەموو شتێک ناڕەحەت بووم و بۆ هەموو شتێک نیگەران دەبووم. ئەگەر تا ئێستا بە هەڵچوونی دەروونی گیرۆدە نەبوویت داوا لە خوداوەند بکە کە هەرگیز گیرۆدەتان نەکات، چونکە تاقیکردنەوەیەکی باش نییە.

هیچ ئازارێکی جەستەیی نییە بە ئەندازەی ئازاری مێشک ئازاردەر بێت! بە شێوەیەکی وەها لە پێ کەوتبووم کە نەمدەتوانی سەبارەت بەم باسە لەگەڵ خانەوادەکەمدا گفتوگۆ بکەم، بیرکردنەوەم لە دەستی خۆمدا نەبوو. بە بچووکترین دەنگ لە جێ ڕادەپەڕیم.

لە هەموو کەسێ دوورەپەرێزیم دەکرد و جار بە جار لەبەر خۆمەوە دەمووت هەموو منیان تەرک کردووە -هەتا خوداوەندیش لە ڕەحم و بەزەیی خۆی بێبەشی کردووم. بڕیارم دا خۆم بخەمە نێو

دەریاوە و لەم ژیانە بە هیلاکدابەرە ڕزگار بم. لە پێش جێبەجێکردنی بڕیارەکەم بە خۆمم وت سەفەرێک بۆ فلۆریدا بکەم بەڵکوو گۆڕینی شوێنەوار کاریگەری لەسەرم هەبێت.

کاتێ کە ویستم سواری شەمەندەفەر بم، باوکم زەرفێکی نامەی دایە دەستم وتی تا نەگەیتە فلۆریدا نەیکەیتەوە. کاتێ کە چوومە ناو فلۆریداوە گەشتیاران و جیهانگەڕەکانم بینی لەو ناوچەیەدا بڵاو بووبوونەوە .لەبەر ئەوەی شوێن لە ئوتێلەکاندا نەمابوو لە گەراجێکدا ژوورێکم بە کرێ گرت.

وام نیاز بوو کە لە کەشتییەکی بارهەڵگردا کە ئەمبەر و ئەوبەری دەکرد لە "میامی" کارێک بدۆزمەوە، بەڵام ئەمجارەش شانس یاوەرم نەبوو. کاتەکانم لە کەناری دەریادا بەسەر دەبرد، حاڵم خراپتر دەبوو لەو کاتانەی کە لە شاری خۆمدا بووم. لە وەها حاڵەتێکدا زەرفی نامەکەی باوکمم کردەوە تا بزانم چی بۆ نووسیووم.

باوکم لەو نامەیەدا نووسی بووی:

کوڕەکەم، ئێستا تۆ 250 میل لە منەوە دووری، دڵنیام لەوەی کە بچووکترین گۆڕانکاری بەسەر تۆدا نەهاتووە، چونکە ئەو شتەی کە دروستکەری نیگەرانییەکانی تۆیە لەگەڵ خۆتدا بردووتە، ئەو شتەش مێشکی تۆیە.

ڕووداوێک کە لەگەڵیدا ڕووبەڕوو بوویتەتەوە لە پێت ناخات، بەڵکو شێوەی بیرکردنەوەی تۆیە سەبارەت بەو ڕووداوانەی کە لەگەڵیاندا بەرامبەرکێ دەکەیت، هەڵچوونی دەرونی و تووڕەیی دێنێتە ئاراوە.

ژیانی مرۆڤێک لەدایکبووی بیر و بۆچوونەکانییەتی و تۆیش کوڕە ئازیزەکەم کاتێ لەم خاڵە تێگەیشتی دەتوانی بگەڕێیتەوە بۆ ئێرە، چونکە ئەو کاتە دەردەکەت دەرمان کراوە.

نامەکەی باوکم تووڕەی کردم. من چاوەڕوانی هاودەردیم دەکرد، چاوەڕوانی پەند و ئامۆژگاریم نەدەکرد. بە ئەندازەیەک لە خۆم بێزار بوو بووم بڕیارم دا ئیتر نەگەڕێمەوە بۆ لای خانەوادەکەم. ئەو شەوە لە کاتێکدا بە یەکێک لە شەقامەکانی میامیدا تێدەپەڕیم بە بێئاگایی لە بەردەم کەنیسەیەکدا ڕاوەستام. کۆمەڵێکی زۆر سەرگەرمی پیادەکردنی مەراسیمی مەزهەبی بوون. لە قەرەباڵغیدا جێگەیەکی بەتاڵ نەبوو. بە هەر شێوەیەک بوو چوومە ژوورەوە، گوێم بۆ وتەی قەشەکەیان ڕادێرا.

قەشەکە دەیوت:

کەسێک کە بتوانێ ڕۆحی خۆی موخەیەر بکات بەتواناترە لە کەسێک کە شارێکی موخەیەر کردبێت. دانیشتن لێرەدا و بیستنی وتەی قەشەکە، نووسراوەکەی باوکمی بە بیر هێنامەوە. نازانم چی بوو لەناکاو بیروبۆچوونم گۆڕا. بۆ یەکەم جار لە ژیاندا دەمتوانی بە ڕووناکبیری و وردی بیر بکەمەوە. تێگەیشتم تا ئەو کاتە چەندە نەزان بووم. باوەڕم نەدەکرد کە ئەوەندە هیدایەت درا بم. دەمویست دنیا و دانیشتوانەکەی بگۆڕم و بۆ ئەو کارەش تەنها گۆڕینی عەدەسەی دووربینی مێشکم بەس بوو. ڕۆژی دوایی جانتاکەم بە دەستەوە گرت و ڕێگەیماڵەوەم گرت.

دوای هەفتەیەک گەڕامەوە سەر کارەکەم و دوای چوار مانگ لەگەڵ کچێکدا کە نیگەران بووم لەگەڵ کەسێکی تردا زەواج بکات، زەواجم کرد. ئەمڕۆ خانەوادەیەکی بەختەوەر و کامەرانمان پێک هێناوە و بە من و هاوسەرەکەم و پێنج منداڵەوە.

لەو کاتانەدا کە بێهوودە نیگەران دەبووم بەشێکی سادە بووم تەنها هەژدە نەفەر لەژێر چاودێری مندا کاریان دەکرد لە کاتێکدا کە ئەمڕۆ بەڕێوەبەری کۆمپانیایەکم بە چوارسەدوپەنجا کاریگەر و کارمەندەوە.

هەست دەکەم ژیان لە لام شیرین بووە. ئەمڕۆ پەیم بە بەهای ژیان بردووە. هەر کاتێ خەریکە ناڕەحەت دەبم بە زوویی بە خۆم دەڵێم:

(خێراکە عەدەسەی دووربینی مێشکت بگۆڕە.(لە دوای ئەوە هەموو شتێک بە باشی ڕووبەڕووم دەبێتەوە. من دەتوانم بڵێم کە لە ناڕەحەتی دەروونی خۆم سوپاسگوزارم، چونکە بەهۆی ئەو ناڕەحەتییەوە بوو کە توانیم ڕێگەی دژوار بناسم و بیروبۆچونەکان بگۆڕم و تێگەشتم کە توانای بیروبۆچوون دەتوانێت مێشک و جەستە تێک بشکێنێ. ئەمڕۆ دەتوانم ئەندێشەکانم بە قازانجی خۆم بخەمە گەڕەوە. لە کاتێکدا لە ڕابردوودا بە زەرەری خۆم دەمخستنە گەڕەوە. دەبینم حەق لە لای باوکم بوو کە دەیوت:

شێوەی بیرکردنەوەی تۆ سەبارەت بەو ڕووداوانەی کە بەرەنگاریان دەکەیت دەبێتە هۆی هێنانەکایەی هەڵچوونی دەروونی (عەساب).

لە کاتێکدا کە پەیم بەم وتەیە برد دەردەکانم سارێژ بوون. بە دڵنیاییەوە دەتوانم بڵێم ڕەحەتی خەیاڵ و خۆشی لە ژیاندا پەیوەندی بەم مەسەلەیەوە نییە کە شوێنی ئێمە کوێیە یا سەروەت و سامانمان چەندە، بەڵکوو پەیوەندی بە شێوازی بیرکردنەوەمانەوە هەیە.

بە بیرهێنانەوەی ڕووداوی "جان براون"، کە بە تاوانی ئاگرتێبەردانی جبەخانەکانی سوپای ئەمەریکا و بزافی هەڵگەڕانەوە مەحکوم بە لەسێدارەدان بووبوو دەتوانێ کاریگەری هەبێت لەسەر شێوەی بیرکردنەوە لە خەیاڵی ئاسودەی مرۆڤدا. جان براون لە کاتێکدا لەسەر تابووتەکەی دانیشتبوو، ڕوو بە کوشتارگە دەیان برد.

لە بەرامبەر جەلادەکاندا، کە لە پشت سەریەوە بوون، بە تووڕەیی و خەشم و قینەوە ئەسپەکانیان تاو دەدا، سەیری زنجیرە چیاکانی (بلوریج و یرجینا)ی کرد و وتی:

(چەند ناوچەیەکی خۆشە! من تا ئێستا بوارم بۆ نەڕەخساوە تاکوو بە وردی سەیری بکەم.)

"میلتۆن" لە کاتێکدا کە بینایی خۆی لەدەست دابوو بەهۆیەوە دەینالاند، ئەم ڕاستییە کاریگەری کردە سەر فکری و لەم بارەیەوە وتی:

مێشکی مرۆڤ لە کاتی پێویستدا دەتوانێت بەهەشت بکاتە دۆزەخ و دۆزەخیش بکاتە بەهەشت . "ناپلیۆن بۆناپارت و هلن کلر" دوو نموونەی دڵنیاکەرەوەی ئەم ڕاستییەن. ناپلیۆن خاوەنی توانای بێمونافسی زەمانی خۆی، کە لە هیچەوە بە هەموو شتێک گەشتبوو دەیوت:

(من هێشتا شەش ڕۆژی خۆشم لە ژیاندا نەبووە). لە کاتێکدا کە "هلن کلر"ی کوێر و لاڵ ڕەزامەندی دەربارەی ژیان پیشان دەدا و دەیوت:

(ژیان زۆر جوانترە لەوەی کە من بیرم لێی دەکردەوە.) من کە ساڵانێک لە تەمەنم بەسەر چووە گەیشتوومەتە ئەو ئەنجامەی کە توانای بیرکردنەوە بەدیهێنەری کەشی ژیانی گونجاو و نەگونجاوە. ئەو ئەنجامەی من پەیم پێ بردووە شایەنی کورتکردنەوەیە بەم شێوەیە:

هیچ کەسێک و هیچ شتێک جگە لە خۆت ناتوانێت خەیاڵی ئارام و ئاسوودەت بۆ دەستە بەر بکات. ئەم ئەنجامەم لە ڕستەیەکی بەسوودی "ئامرسن" "اعتماد بنفس"، بڕوابەخۆبوونە، دەرهێناوە و بەبێ پەردە و ڕاشکاوانە جارێکی تر دووبارەی دەکەمەوە:

هیچ کەسێک و هیچ شتێک جگە لە خۆت ناتوانێت خەیاڵی ئارام و ئاسوودەت بۆ دەستە بەر بکات! یەکێک لە فەیلەسووفە بەناوبانگەکانی ڕۆم بە ناوی "ئێپیکور"، پەند و عیبرەت فێری مرۆڤ

دەکات ئەوەندە هەوڵ و ماندووبوون پێویستە بۆ لابردن و سارێژکردنی برینە فیکرییەکان، ئەوەندە هەوڵ و ماندووبوون پێویست نییە بۆ لابردن و سارێژکردنی برینە جەستەییەکان. ئەندێشەی پووچ و بێهوودە لە خۆتان دوور بخەنەوە، چونکە ئەو جۆرە ئەندێشانە لە برینی جەستەیی بەئازارترن. ئەمڕۆش بە تێپەڕبوونی زیاتر لە نۆزدە سەدە بەسەر ژیانی ئەم فەیلەسووفەدا، پزیشکی تازە بیرۆکەکەی دووپات دەکەنەوە و پشتگیری دەکەن.

"مونتاین"، فەیلەسووفی فەرەنسی ڕستەیەکی کردۆتە سەرمەشقی خۆی، خراپ نییە ئێوەیش زانیاریتان لە بارەیەوە هەبێت:

مرۆڤ بەو ئەندازەیەی کە لە بیرکردنەوەی ڕووداوی داهاتوودا ئازار دەچێژێت، لە خودی ڕووداوەکە -لە کاتی ڕوودانیدا- ئەوەندە ئازار ناچێژێت. "مونتاین" ڕاست دەکات، چونکە کاتێک ڕووداوێک ڕوو دەدات توانای ڕێگری و چارەمان نییە، بەڵام پێش لە ڕوودانی ئێمە دەتوانین ڕێگری لێ بکەین و بیری خۆمان بە خەم و پەژارە یا شادی بسپێرین. بەڕاست مەبەستی من لە باسکردنی ئەم بابەتە چییە؟ ئایا وا دەزانیت من ئەوەندە بێپەروام لە کاتی ناڕەحەتی دەروونیدا بەهۆی نیگەرانی و بیروبۆچوونی نیگەرانکەرەوە بە ئێوە بڵێم ڕێڕەوی بیرکردنەوەتان بگۆڕن؟ نەخێر وا نییە، چونکە ئەگەر منیش بڵێم لە کاتێکدا کە ئێوە دەستەخۆشەی ناڕەحەتی دەروونین هەوڵ و تەقەلای فکری دەبێتە هۆی زیادکردنی ئەو ناڕەحەتییە دەروونییە.

مەبەستی من ئەمەیە کارەساتێک کە ڕووی نەدابێت لە بیری خۆتاندا گەورە مەکەن و هەوڵ و تەقالاکانی فیکری خۆتان بە شێوەیەکی پۆزەتیفانە بخەنە گەڕ. باوەڕ بکەن ئەگەر ئەم ڕێگەیە بگریتە بەر کارێکی زۆر ئاسانە، تەنها پێویستی بە کەمێک جدیەت هەیە. " ولیام جیمز" باوکی دەروونناسی زانستی دەڵێت:

بە ڕواڵەت کـار دەسـتکەوت و بەردەوامـی هەسـت و سـۆزە، بەڵام ڕاستی ئەمەیە کە کار و هەست و سۆز یەک ڕێچکەیان گرتۆتە بەر. بە ڕێکخسـتنی کـار، واتە بە تەرتیبکردنـی کـردار کە لەژێـر دەسـەڵاتی ئیـرادەدایە دەتـوانرێ بە شـێوەیەکی ناڕاسـتەوخۆ کـاریگەری لەسـەر هەست و سۆز بەجێ بهێڵێ و ئەوانەی کە لەژێر فەرمانی ئیرادەدا نین بخرێنەوە ژێر ڕکێفی و ڕێکبخرێن.

بە گوێرەی بیروبۆچوونەکەی "ولیام جیمز"، ئێمە نـاتوانین تەنها لە ڕێگەی گۆڕینی ئیـرادەوە هەستی خۆمـان بگۆڕین، بەڵکوو دەتـوانین کردارەکـانی خۆمـان ڕێـک بخەیـن بە شـێوەیەکی ڕوونتـر کـرداری خۆمان بگۆڕین.

بە گۆڕینی کار و کردار، هەسـتەکان خۆی بۆ خۆی دەگۆڕرێت. بە لەبەرچـاوگرتنی بنەمـایەکی بیرکاریـانە، واتە یەکسـانبوونی دوو لای هاوکێشەیەکی کـار و کردار و هەست، واتە (کار و کردار= هەست). بە گۆڕانی کار و کردار هەست دەگۆڕێت و بە پێچەوانەشـەوە ڕاسـتە .بـۆیە دەتـوانین بە ئەنجـامەکەی ولیـام جیمـز قایـل بـین، کە بەم شێوەیەی خـوارەوە باسـی کـرد: (لە کاتێکدا شـادی و شـەوق و زەوق لە ئێمە دەتۆرێت، تەنها ڕێگەیەک دەمانگەیەنێتە خۆشبەختی ئەوەیە کە شـاد و بەختـەوەر بـین و وای دابنێـین کە خەم و خەفەتێـک لە نـاخی ئێمەدا بوونی نییە).

بیروبۆچوونەکەی "ولیام جیمز" تاقی بکەرەوە:

شـاد و سەرکەوتوو بیت، بڵێن و ببیسـتن و ڕێگەی خۆدەرخسـتن بە پەژارە مەدەن، ئومێـدەوارم ئێـوەیش ئەنجـامی خۆتانتـان دەسـتەبەر کردبێت. دڵنیا بن ئەم ڕازە شـاراوەیە کـاریگەرە و وەک نەشـتەرگەری جوانکـاری خراپییەکـان لەنـاو دەبـات. ئەمە تـاقی بـکەرەوە. گـاڵتە بە پەژارە بـکەن. زەردەخەنە بـخەنەوە سـەر لێوەکانتـان و بـاوەڕێکی تەواوتان بە خۆتان هەبێت. شـانتان بۆ دواوە و سینەتان بۆ پێشـەوە

دەرپەڕێنن. هەناسەی قووڵ هەڵبکێشن و لە ژێرلێوەوە گۆرانی بڵێن. گۆرانییەک، کە خەم و پەژارەی تێدا نەبێت. ئەگەر گۆرانی نازانن فیکە لێبدەن، مەبەست ئەوەیە کە لە یەک حاڵەتدا نەمێنیتەوە و ئەژنۆی چەماوە لە باوەش نەگریت.

ئێوە ئەگەر پەرە بەم هۆکار و حاڵەتانە بدەن لەو باوەڕەدا نیم خەم و پەژارە بمێنێت. بنەڕەتی سروشت ئەمەیە، کاتێ مەیدان بە خەم و پەژارە تەنگ دەکەیت زووتر لەوەی کە بیری لێ دەکەیتەوە مەیدان چۆڵ دەکات. ئەم دەستکەوتە لە تەواوی ژیاندا کاری پێ دەکرێت، لە بیری نەکەیت.

بابەتێک کە بۆ ئێوەی باس دەکەم پەیوەندی بە ساڵانی ڕابردووەوە هەیە. زەمانێک کە من ڕووبەڕووی ڕووداوێک بوومەوە، دە ساڵ لە ڕوودانی تێپەڕی بوو. بابەتەکە بەم شێوەیەیە: کە "ئانگلرت" دووچاری نەخۆشی سووریژە یا نەخۆشییەکی لەو جۆرە بوو، بۆ چارەسەرکردنی ئەم بەڵایە سەردانی زۆرێک لە پسۆڕانی پزیشکی کرد، بەڵام نەک تەنها ئەنجامێکی دەست نەکەوتووە، بەڵکوو فشاری خوێنیشی چووە سەر. ئومێدی چاکبوونەوە بە تەواوی لەناو چوو، چاوەڕوانی مەرگ دەستی پێ کرد.

"ئانگلرت" لە دوای ئەوە ڕووداوەکەی بەم شێوەیە بۆ باس کردم:

کاتێ لە زیندووبوون بێئومێد بووم، سەرەتا ڕۆیشتم بۆ بیمە و سەر و سامانی خۆمم سپاردە بیمە. دوای ئەوە گۆشەنشینیم هەڵبژارد و بیرم لە حاڵی خۆم دەکردەوە. لە قاپی یەزدان لە تاوانەکانم تەوبەم کرد و داوای لێخۆشبوونم کرد. ڕەفتاری من نەک تەنها خەم و خەفەتی دەبردە نێو ناخمەوە، بەڵکوو بووبووە هۆی ناڕەحەتی و خەمگینکردنی ئەندامانی خانەوادەکەیشم. ڕۆژێک کە نووقمی نائومێدی بووم و چەند ڕۆژێکم بە خۆخۆری تێپەڕاندبوو لەتاو ناڕەحەتیدا بە خۆمم وت:

(پیاوی گێل بۆچی پێش لە مردن خەریکە خۆت و ئەندامانی ماڵەوە زیندەبەچاڵ دەکەی؟ لەوانەیە ساڵێکی تریش نەمریت! سوودی ئەم خەفەتخواردنە چییە؟ ئیتر لە چی دەترسی؟ لە سەروو مەرگەوە چی تر هەیە؟ ئەو کاتەی ماوەتەوە لەدەستی مەدە، بژی! هیچ نەبێ ئەم هەموو خەفەتە مەخۆ، شاد بە.)

ئەو ڕۆژە شانەکانم بۆ دواوە و سینەم دەرپەڕاند بۆ پێشەوە و زەردەخەنەم خستەوە سەر لێو و دەستم بە شادی کرد. بە شێوەیەک ماڵەوەم تەرک کردبوو، وەک بڵێی من نەخۆش نەبووم. هەڵبەتە ڕۆژەکانی سەرەتا پێویستم بە هەوڵدان هەبوو، بەڵام لە دواییدا بە شادی و خۆشی ژیان بەڕێکردن بوو بە پیشەی هەمیشەییم و خەم و پەژارە مەیدانیان چۆڵ کرد. ڕەفتاری من کاریگەری لەسەر ئەندامانی ماڵەوەش کرد. یەکەمین کاریگەری ئەم ڕەفتارە، خۆشحاڵییەکی واقیعی بوو کە لە ناخمدا ڕیشەی داکوتا. هەستم دەکرد ڕۆژ بە ڕۆژ حاڵم باشتر دەبێت. زۆر درێژە بە باسەکە نادەم، ئولفەتم بە شادیەوە گرت و ئێستا کە نزیکەی دە ساڵە لە جێبەجێکردنی ئەو بڕیارە تێدەپەڕێت نەک تەنها ئەوەی کە نەمردووم، بەڵکوو لەگەڵ شادیشدا ئاشت بووینەتەوە.

سەیر لێرەدایە بەبێ بەکارهێنانی کەمترین دەرمان فشاری خوێن لەناو چوو. باوەڕ بکەن ئەگەر بە شێوەی هەفتەکانی یەکەم بەردەوام بوومایە پێشبینی پزیشکەکان زۆر بە خێرایی دەهاتە پێش. من جەستەی نەخۆشم تەنها بە گۆڕینی یەک بۆچوون دەرمان کرد.

بەڕاست کاتێ چالاکییەک دەتوانێ ژیانی نەخۆشێک لە مردن ڕزگار بکات، من و تۆ بۆچی سوودی لێ وەرنەگرین؟ بە بۆچوونی من لە وەها حاڵەتێکدا بەرگەگرتنی یەک خولەک لە ئاخ و بێزاری ژیرانە نییە. کاتێ دەتوانین بە کردارێکی سادە بە خۆشحاڵی و شادییەوە کە زەحمەتێکیشی تێدا نییە خۆمان دڵخۆش بکەین، بۆچی دەبێ مۆڵەت بە

خۆمـــان بـــدەین بە بەرگەگرتنـــی خەم و پەژارە نەک تەنهـــا خۆمـــان بەڵکوو ئەندامانی ماڵەوە و خزمان و دۆستانیش نارەحەت بکەین؟

ســـاڵانێک لەمەوپـــێش کتێبـــێکم کەوتە بەر چـــاو کە خوێنـــدنەوەی کاریگەرییەکی قووڵی لەســەر ژیانی مـن بەجـێ هێشـت. نـاوی کتێبەکە ئەگەر لەبیرم نەکردبێ بەم شێوەیە بوو: پیاوێک چۆن بیر دەکاتەوە؟ نووسـەری کتێبەکە "جیمـز ئالن"ـە. کورتەیەک لە بۆچـوونی نووسـەر شایەنی باسکردنە:

کـاتێ مـرۆڤ بیـر و ئەندێشـەی خـۆی دەربـارەی شـتومەک و کەســەکان دەگۆڕێـت، تێدەگات کە ئەو شـتومەکانە یـا ئەو کەسـانە لە بەرامبەر ئەودا دەگۆڕێن. لە کاتێکدا کە مرۆڤ گۆڕینێکی بنچینەیی لە چۆنییەتی بیرکردنەوەی خۆیدا دێنێتە ئـاراوە لە گۆڕینێکی خێراوە کە لە ژیانیدا دێتە بوونەوە بە سەرسامی دەمێنێتەوە.

هێز و توانایەک کە چارەنووس دیاری دەکات، لە نێو خۆمانـدایە و تەواوی کارەکـانی مـرۆڤ بەرئەنجـامی ڕاسـتەخۆی ئەندێشـەکانیەتی. مرۆڤێـک دەتوانێـت پەرە بە ئەندێشـەکانی خـۆی بـدات و سـەرکەوتن بەدەست بهێنـێ کە کـاری بەپێز ئەنجـام بـدات .لە بەرامـبەر، سسـتی و تەوەزەلی و نەبوونی مەیل بۆ بەهێزکردنی بیردا دەتوانێت خـۆی لاواز و دواکەوتـوو و بێچـارە بکـات. مـن داواکـاری تەواوی ئەو نـیعمەت و بەخشایشانە نیم کە خوداوەند وەک مرۆڤێک بە منی داوە.

نـامەوێ ئەوەنـدە بەرز بفـرم کە بڵـێم دەبـێ ئەم کـوورەی زەویـیە لەژێـر دەسـت و دەسـتەڵاتی منـدا بێـت، تەنهـا ئـارەزووی ئەوە دەکەم بەســەر (نەفس و ئەندێشــە و تــرس) و بە کـورتی بەســەر مێشـک و ڕۆحـی خۆمـدا دەسـتەڵاتم هەبێت. سـەیر لەوەدایە کە بیـر و مێشـک و ڕۆح بە پـێچەوانەی ئـێمەوە دەچـووڵێنەوە، کـاتێ دەسـتیان بەسـەردا دەگرین بەسەر هەموو شتەکانی خۆماندا زاڵ دەبین. باشتر وایە ئەم وتـانەی "ولیـام جیمـز" بهێنینەوە یـاد کە دەڵێت: بە کەمێـک تێکۆشـان

دەتــوانین ئەو شــتانەی کە شــەڕەنگێزن بیــانگۆڕین بە خێــر .ئەم تێکۆشانەش هیچی تر نییە جگە لە گۆڕینی بیروبۆچونەکان .وەرن با بــۆ خۆشــبەختی خۆمــان تێبکۆشــین !وەرن بە پەیڕەوکردنــی بەرنــامەیەکی ڕۆژانە کە هەڵقــوڵاوی شــێوەی بیرکــردنەوە و شــادی ئامێزە، سوودمەند ببین لە ڕێگەی بەدەستهێنانی خۆشبەختیدا.

ناونیشانی بەرنامەکە بەم شێوەیە هەڵبژێرە: تەنها بۆ ئەمڕۆ

1. تەنها بۆ ئەمڕۆ خۆشحاڵ دەبم. "ئەبراهام لینکلن".

زۆربەی کەسەکان بەو ئەندازەیە خۆشحاڵن کە فکریان بۆ قایلبوونی ئامادەیی هەیە. شادی و چالاکی لەناو خودی خۆماندایە و پەیوەندی بە جیهانی دەرەوەوە نییە.

2. تەنها بۆ ئەمڕۆ تێدەکۆشم، هەوڵ دەدەم خۆم لەگەڵ ئەوەیدا کە هەیە بگونجێنم و تێناکۆشم بۆ ئەوەی هەموو شتێک بە ئارەزوو و ویستی من بێت.

3. تەنها بۆ ئەمڕۆ لەبیری جەستەی خۆمدام بە تەمرین و ڕاهێنانی بەسوود پەروەردەی دەکەم. لە تەندروستی خۆم بەئاگا دەبم. خولەکێک لە چاودێریکردنی سەلامەتی خۆم کەمتەرخەمی ناکەم.

4. تەنها ئەمڕۆ تێدەکۆشم تا مێشکم پەروەردە بکەم .شتانێک دەخوێنمەوە کە پێویستی بە تەرکیز و بیرکردنەوە هەبێت.

5. بەهێزکردنی دەروونم تەنها بۆ ئەمڕۆیە .کارێک بە ئارەزووی خۆم و دوو کاری چاک بە پێچەوانەی ئارەزووی خۆم ئەنجام دەدەم تا ئیرادەم بەهێز بکەم.

6. تەنها بۆ ئەمڕۆ لەگەڵ کەسانێکدا کە پەیوەندیم هەیە دەگەمە حاڵەتی لارینەبوون. ڕەخنە لە کەس ناگرم، بە هێواشی دەدوێم و ڕەفتارم لەگەڵ هەمواندا بەڕێزانە دەبێت.

7. هەوڵ دەدەم بۆ ئەمڕۆ بژیم. لە بیری ڕووداوێکدا نیم کە سبەی دێتە پێش، خەمی سبەی ناخۆم.

8. بۆ ئەمڕۆ بەرنامەیەک ڕێک دەخەم تا بزانم کاتەکانم چۆن سەرف دەکەم. لەوانەیە ئەو بەرنامەیەی کە دایدەڕێژم موو بە موو

جێبەجێی نەکەم، بەڵام نووسینی پێویستە، چونکە ئەو کاتە بە هەڵەشەیی بڕیار نادەم.

9. ئەمڕۆ نیو کاتژمێر لە کاتم دادەنێم بۆ ڕازونیازکردن لەگەڵ خوداوەندا. لە خەڵوەتدا داوای یارمەتی لە خواوەند دەکەم و داخوازییەک کە ناتوانم بە خەڵکی بڵێم بە خوای خۆمی دەڵێم و تەسکینی بە خۆم دەبەخشم.

10. تەنها بۆ ئەمڕۆ ترسولەرز لە خۆم دوور دەخەمەوە. لە خۆشحاڵبوون و چێژوەرگرتن لە جوانی و لە عاشقبوون و هەتا عاشقی کەسێک کە کەسێکی تری هەبێت ناترسم.

ئێستا کە گەشتووینەتە ئێرە، باشتر وایە دەستبەکار بین، ڕوونکردنەوەی پێویستمان خوێندەوە . دەستورە پێویستەکان بۆ هێنانە کایەی بیر و بۆچوونی شادیهێنەر و خەیاڵی ئاسوودە و بەهێزکردنی بیروبۆچوونی شاد دەخەینەگەڕ. هەنگاوی یەکەم هەڵدەگرین:

بە شادی و بیری ئاسوودەوە کار دەکەین و درێژەی پێ دەدەین تا هەست بە شادی و خۆشی بکەین.

بەندی سیانزەیەم

تۆڵەسەندنەوە فەرامۆش بکە

بە باشی لە بیرمدا نییە چەند ساڵ لەمەوپێش بوو، بەڵام بابەتەکەم بە باشی لە بیردا ماوە .شەوێک لە کاتی تێپەڕینمان لە ڕێگەیەکی پارکی "بلوستون"، کە بۆ سەردانی ئەوێ چووبووین، لەگەڵ گەشتیارانی تردا، لەسەر ئەو کورسیانەی کە لە ژێر سێبەری سنەوبەرەکاندا بوون، دانیشتبووین و چاوەڕوانی بینینی گیانلەبەرێکی ترسناک بووین کە بەڵێنی پیشاندانیان دابوو.

زۆری نەخایاند لە نێوان درەختەکاندا ورچێکی خۆڵەمێشی گەورە دەرکەوت و لە پەنای درەختەکاندا دەستی کرد بە خواردنی ئەو پاشەڕۆیانەی کە لە چێشتخانەکانەوە فڕێ درابوون. ورچە خۆڵەمێشییەکە بە بێئاگایی سەرگەرمی خواردن بوو، یەکێک لە پاسەوانەکان بە سواری ئەسپەوە لە ڕووبەڕووی گەشتیارەکاندا وەستا و بە خرۆشانەوە وتی:

جگە لە گامێش و جۆرێک ورچ بە ناوی "کادیاک" لە نیوەگۆی ڕۆژئاوا گیانلەبەرێک نییە کە بتوانێت لە توانادا بەرامبەر ئەم ورچە بێتەوە. ئەم ورچە خۆڵەمێشییە کە شوێنی ژیانی لە ئەمەریکای باکوورە، لە بە تواناترین گیانلەبەرانی جیهانە.

لە کاتێکدا پاسەوانەکە ڕوونی دەکردەوە لە کەناری درەختەکاندا پشیلەیەکی گەورە هاتە دەرەوە و نزیکی سفرەی ورچەکە بوویەوە، دەستی کرد بە خواردنی ئەو خۆراکەی کە ورچەکە دەیخوارد .

ورچەکە لەگەڵ ئەوەشدا کە دەیتوانی بە لێدانێکی چنگی پشیلەکە شی بکاتەوە، بەڵام کاری بەسەریەوە نەبوو. من لە نێو خۆمدا بیرم کردەوە ئەم ئاژەڵەش دەزانێت نابێت کاری بێسوود بە ئەنجام بگەیەنێت. کوشتنی پشیلەیەک سوودێکی بۆ ئەو نەبوو.

کاتێ ئێمە کینەیەکمان لە دڵدا بێت بۆ دوژمنانی خۆمان ئەوا ئەو دوژمنانەی خۆمانمان بەسەر خەوی خۆش و فشاری خوێنی خۆماندا زاڵ کردووە. لە ڕاستیدا هەڵبژاردنی تەندروستی خۆمانمان بە ئەوان سپاردووە. ئەگەر دوژمنانی ئێمە بزانن تا چ ئەندازەیەک ئێمە نیگەران و نارەحەت دەکەن لە خۆشی و شادیدا دێنە خرۆش. ئەمە لە کاتێکدا کە ڕق و کینەی ئێمە ئازارێک بە ئەوان ناگەیەنێت، تەنها ڕۆژ و شەوی خۆمان دەگۆڕینەوە بە دۆزەخێکی پڕ لە نیگەرانی و ئاشووب.

ئەوەی کە لە خوارەوە دەیخوێنیتەوە دەستکەوتی بیرۆکەی فەیلەسووفێک یا کۆمەڵناسێکە.

سەرەتا بیخوێنەرەوە تا ڕوونکردنەوەی پێویست بۆ ئێوە بەیان بکەم:

ئەگەر کەسانێک هەن کە بەهۆی خۆپەرستی خۆیانەوە دەیانەوێ ئێوە فریو بدەن ناویان لە لیستی خۆتدا بسڕەوە، بەڵام هەرگیز لە بیری ئەوەدا مەبە تۆڵەیان لێ بکەیتەوە، چونکە جگە لەم شێوازە خۆتان زیاتر لە ئەوان ئازار دەچێژن! ئەم ڕستانەم چەند ساڵێک لەمەوپێش لە یەکێک لە ژمارەکانی گۆڤاری ڕەسمی شارەوانی "ئایالت" خوێندەوە. ئەگەر چی بۆچوونێکی فەیلەسوفانە نەبوو، بەڵام پالێوراوی ڕاستی بوو کە وا دەزانم پراکتیزەکردنی بەسوودترە لە نەکردنی.

بەڕاست چۆن چۆنی بە تۆڵەسەندنەوە ئازار بە خۆمان دەگەیەنین؟ بە کورتەیەک لە ڕیپۆرتاژێک کە لە گۆڤاری "لایف" چاپ کراوە

سەرنج بدە: ئەم کارە (تۆڵەسەندنەوە) لەوانەیە هەتا تەندروستی ئێوە تێکبشکێنێ و فشاری خوێن و نەخۆشییەکانی دڵ بێنێتە ئاراوە. بەڵام کاتێ دەبینین پێغەمبەری خودا دەیفەرموو:

(دوژمنەکەتت خۆش بوێ) نەک تەنها وانەیەکی ڕەوشتی دەوتەوە، بەڵکوو شتانێکی فێری موریدانی دەکرد، کە پزیشکی پێشکەوتووی ئەمرۆ لە قەڕنی بیستدا تازە پەی پێ دەبەن. ئەگەر چی لەو کاتەدا مەبەستی پاراستنی تەندروستی جەستە نەبووە، بەڵام خۆشبوون لە هەڵە و کەموکوڕییەکان جۆرێکە لە سەلامەتی. کەوایە کەسێک فێرمان دەکات کە لە کینە و تۆڵەسەندنەوە چاوپۆشی بکەین، واتە خۆمان لە بەرامبەر پارچەکانی هۆکاری هێنانە کایەی فشاری خوێن و هەڵچوون و نەخۆشییەکانی دڵ و برینی گەدە و نەخۆشییەکانی تر بپارێزین.

لەم دواییانەدا یەکێک لە دۆستەکانم تووشی هێرشی دڵ بوو. پزیشک ئامۆژگاری کرد، بە هیچ شێوەیەک بۆی نییە تووڕە ببێت - هەڵبەتە ئەگەر دەیەوێ بژی. لە کاتێکدا کە دڵی کەسێک لاواز بێت، تووڕەبوون و خەشم و کینەش لە لێدانی دەخات.

کاتێ بە ئێمە دەوترێ لە تووڕەبوون خۆت بە دوور بگرە واتە یاسایەکی کار بە ئێمە دەدرێت کە شێوە و ڕوخسارمان چرچولۆچ و ناشیرین نەکات.

یەکێک لە خاوەن بۆچوونانی زانستی خواردن دەڵێت: خواردنێک کە بە پێداویستی سادە و ساکار دروست کرا بێت ئەگەر لە کەشوهەوایەکی پڕ لە شادی و خۆشیدا دەرخواردمانی بدەن باشترە لە خواردنێک کە بە پێداویستی هەمە جۆر دروست کرابێت و دەرخواردمانی بدەن لە کەشوهەوایەکدا کە خەیاڵمان ئاسوودە نەبێت.

له حاڵەتێکدا کە بۆتان شیاو و لەبار نییە دوژمنەکانی خۆتـان خۆش بوێ، چونکە هیچ نەبێ ئەوە دەگەیەنێ کە دوژمنی خۆتان نین. مەیەڵن ئەم دوژمنایەتییە بەسەر جوانی و خۆشگوزەرانی ئێوەدا سەربکەوێت.

"ولیام شکسپیر" لەم بارەیەوە دەڵێت:

کوورەی ئاگر بۆ سووتاندنی دوژمنان ئەوەندە گەرم مەکە کە خۆت بســووتێنێ! " ژرژ روونــایکی" لە دانیشــتوانی "ئاســپالا" بــوو، ئەو لە شــاری "ویــن" ســـالانێک بە وەکــالەتەوە ســـەرقاڵ بــوو، بەڵام بە دەستپێکردنی جەنگی جیهانی دووەم وەک زۆرێک لە خەڵکی ئاوارە بوو. ئەو سویدی بۆ هەڵهاتن هەڵبژارد. لە سوید هەوڵـی دا کارێک بـدۆزێتەوە، بەڵام نەیتـوانی دەســتەبەری بکـات. ئەو لە لای خـۆیەوە بیری کردەوە من چەند زمانێک دەزانم باشتر وایە سەردانی چەند کۆمپانیایەک و کارخانەیەک بکەم، بەڵکوو بتوانم نوێنەرایەتیەکیان لێ وەرگرم.

بۆ جێبەجێکردنی ئەم بڕیارە سەردانی چەند شوێنێکی کرد. هەندێ لەوانە ناویـان لە لیسـتی داواکاراندا تۆمـار کرد. چەند ڕۆژێک دوای سەردانی ئەو بە کۆتـاترین شـوێنێک کە مەبەسـتی بوو نـامەیەکی بۆ هــات. بەڕێــوەبەری یەکــێ لە شــوێنە بازرگانییەکــان نــامەیەکی ڕەخنەئـامێزی بـۆ نووسـی بـوو. بەڕێوەبەری کۆمپانیـاکە لە وەڵامـی داواکارییەکەیدا نووسی بووی:

هەرچۆنێک لە بارەی کۆمپانیاکەی منەوە بیرت کردۆتەوە بە هەڵدا چوویت. تـۆ پیشـانت دا کە مرۆڤێکی نەزانی، مـن لەگەڵ ئەوەشـدا کە پێویسـتم بە نوێنەرێـک هەیە، بەڵام هەرگیـز کەسـێک دانـامەزرێنم کە نەتوانێت نامەیەکی بێهەڵە بنووسێت، نامەکەی تۆ پڕ لە هەڵە بوو.

"رونـا" بە خوێندنەوەی نـامەکە تووڕە بوو، چونکە بە پێچەوانەوە، نـامەکەی بەڕێوەبەری بازرگـانی پڕ لە هەڵە بـوو. " رونـا" لە حـاڵەتی

تووڕەیدا لە پشت مێزەکەیەوە دانیشت و لە بەرامبەر نامەکە نامەیەکی ڕەخنەئــامێزی بــۆ بەڕێــوەبەری کۆمپانیــا نووســی، بەڵام لە دوای نووسینی نـامەکە بیری کردەوە کێ دەڵێ ڕاست ناکات، من زمـانی سـویدی لە دەرەوەی سـویدەوە فێـر بـووم، نـاتوانم پیشـانی بـدەم کە دەتـوانم وەک سـویدییەک کە زمـانی خـۆیەتی نـامەیەکی بـێ هەڵەتـر بنووسم.

بەم بۆچوونە نامەکەی دڕاند و فڕێی دا. کاتێ تووڕەبوونەکەی نەمـا نامەیەکی تری بەم شێوازە بۆ بەڕێوەبەرەکە نووسی: زۆر بەڕێز...

ئەمە گەورەیـی تـۆ بـوو کە بـۆ ڕەتکـردنەوەی مەبەستەکەشـم کە دامەزراندن بوو وەڵامی نامەکەی منت دایەوە. لەوەی کە سـەبارەت بە کۆمپانیـاکەی تۆ هەڵەم کرد، داوای لێبووردن دەکەم .بەهـۆی ئەوەوە مـن نـامەم بـۆ تـۆ نووسـی بـوو، چـونکە ناوبـانگی چـاکەی تـۆم لێـرە بیســـتبوو و بیـــرم کـــردەوە تەنهـــا کۆمپانیـــایەک کە دەتوانێـــت داواکارییەکـانی مـن ڕێـک بخـات کۆمپانیـای جەنـابتە. سـەبارەت بە هەڵەکـانم شــەرمەزارم. ئێـوە منتـان ئاگـادار کـردەوە لە هەڵەکـانم و بــوونە هــۆی ئەوەی کە لەمەو دوا دووچــاری هەڵەیەکـی لەو جـۆرە نەبم.

چەنـــد ڕۆژێـــک دوای ئەوە "رونـــا" نـــامەیەکی لە بەڕێـــوەبەری کۆمپانیـاکەوە پێگەیشـت کە بانگهێشـتی کردبـوو تـا سـەردانی بکـات. رونا، بانگهێشتەکەی قبوڵ کرد و توانی لەو شوێنەدا کارێک بۆ خـۆی دابین بکات.

دان بەو ڕاسـتییەدا دەنـێم کە ئـێمە خـاوەنی ڕۆحێکـی ئاسـمانی و زانستێکی سروشتی ئەوتۆ نین کە بتوانین دوژمنەکانی خۆمـان خـۆش بوێت، بەڵام هـیچ نەبـێ دەتـوانین لێیـان خـۆش بـین تـا بە بیرکـردنەوە لێیـان ڕق و کینەمـان بەهێزتـر نەبێت. کنفوسـیوس دەڵێـت: زەرەر و

ئازار بۆ ئێمە ئەوەندە گرنگ نییە، ئەوەی کە دەبێتە هۆی نیگەرانی بەبیرهێنانەوەی ئەوانەیە.

جارێک لە کوڕی " ئایزنهاور"م پرسی:

- ئایا باوکت شتێک هەیە کە نیگەرانی بکات؟

- نەخێر، باوکم هەتا خولەکێک لە بیری ئەو کەسانەدا نییە، کە خۆشی ناوێن! پەندێکی پێشینانی کۆن هەیە کە دەڵێت: کەسێک کە نەتوانێ تووڕە بێت نەزانە و کەسێک کە دەتوانێت تووڕە نەبێت دانایە !هیچ کەس مافی ئەوەی نییە ژیانی من و تۆ بە بچووک لە قەڵەم بدات و بیری ئاسوودەی ئێمە بشێوێنێ مەگەر ئەوەی کە خۆمان بواری بۆ بڕەخسێنین و مۆڵەتی بدەین.

هەرگیز ئەم ڕستەیەی "ئادیت کاول"کە دەیوت و ئەمڕۆش لەسەر مەزارەکەی هەڵکەنراوە لە بیرم ناچێت: (... خۆشویستنی نیشتمان و شوێنی لەدایکبوون بەس نییە، من دەبێ سەبارەت بە هیچ کەسێ ڕق و کینەم نەبێ!)

"ئادیت کاول" لە 12ی ئۆکتۆبەری 1915م لە بەرامبەر کراسی مەرگی ئەڵمانیاییەکان ڕاوەستا بوو ئەو دڵەی کە بە خۆشەویستی مرۆڤەکان گەش و ڕووناک بوو بە فیشەکی ئەڵمانیاییەکان شی کرایەوە. ئەو سەربازە برینندارەکانی فەرەنسا و بەریتانیای لە ماڵەکەی خۆیدا دەپاراست، دەرمانی دەکردن و شوێنی هەڵهاتنی بۆ دەستەبەر دەکردن. بۆ ئەو هاووڵاتی و بێگانە جیاوازی نەبوو، خۆشەویستی لەگەڵ هەموان دەنواند و یارمەتی هەموانی دەدا.

"لارنس جونز" مامۆستای ڕەشپێست، کە لە لایەن سپیپێستەکانەوە بردبوویان بۆ لەسێدارەدان و سووتاندنی لەناو ئاگردا نموونەیەکی گرنگە بۆ ڕێگریکردن لە خەشم و کینە. لارنس کاتێ لە پۆلدا دەرسی

دەوتەوە هەوڵی دەدا هاوشێوەکانی خۆی بە ڕووکەش بەئاگا بێنێتەوە کە ترسنۆک نەبن لە بەرامبەر سپیپێستەکاندا.

ڕۆژێک لە پۆلدا خەریکی ئامۆژگاریکردن بوو وتی:

(ژیان مەیدانێکی نەبەردە و هەر ڕەشپێستێک بۆ مانەوەی دەبێ خۆی پڕ چەک بکات و بجەنگێ تا سەرکەوێ.)

باس لە چەک و جەنگ بەس بوو تا سپیپێستەکان تووڕەیی و خەشمیان لە بەرامبەر ڕەشپێستەکاندا بەرزبێتەوە و لە پۆلدا دەربپڕن. ئەوانە "لارنس"ی گەنجیان لە پەت ئالاند و کێشیان کرد بۆ ناوچەیەکی کراوە تا لە دوای لەسێدارەدان بیسوتێنن.

لەو کاتەدا کە هەموویان تووڕەییان لەو پەڕیدا بوو یەکێک لە ناویاندا هاواری کرد: ئێستا کە دەتانەوێ ئەم فلان و فیسارە بکوژن مۆڵەتی بدەنێ قسەکانی تەواو بکات تا بزانین چ هەڵەیەک دەکات! لارنس بە دەست و پێی بەستراوەوە لەسەر شوێنی لەسێدارەدانەکەدا ڕاوەستاو وتی کە چۆن چۆنی ژیانی فەقیرانەی بەسەر بردووە و لە ساڵی 1907 لە زانکۆی "ئایودا" کۆتایی بە خوێندنی هێناوە . دوای ئەوە بەردەوامی و لێهاتوویی خۆی لە بواری مۆسیقا و دەرسوتنەوەدا پیشان داوە بووەتە جێی سەرنجی گەورەکانی زانکۆ، بەڵام ئەو توانای خۆی لەم ڕێگەیەدا خستووەتە گەڕ کە لە ڕەشپێستان کەسانێکی سوودمەند بنیاد بنێت.

لارنس بۆ ئەو کۆمەڵە ڕق لە دڵ و تووڕەیە وتی کە فێری ڕەشپێستان بکات چۆن چۆنی کاری کشتوکاڵی خۆیان میکانیزمە بکەن و هەتا لە کارگوزاریەکانیشدا کەسانێکی نەخوێندەوار و بێزراو نەبن.

کاتێ لێیان پرسی: ئایا سەبارەت بەم کۆمەڵەیەی کە تۆیان هێناوەتە ئێرە و دەیانەوێ لە سێدارەت بدەن و بتسوتێنن، کینەیەکت لە دڵدا هەیە؟

لارنس لەو کاتەدا بە خەیاڵێکی ئاسوودەوە وتی:

- ئەوەندەی لە ئامانج و مەبەستی خۆم بیر دەکەمەوە بوارێک بۆ ڕق و کینە نەماوەتەوە. لارنس لە کاتێکدا دەبوایە قسەکانی تەواو بکردایە و بمردایە بە ئاسانی درێژەی بە گفتەکانی دا:

- من لە کاتی جەنگدا جێگەیەکم بۆ بەداخی و پەشیمانی نەبوو و کەسیش ناتوانێت بە شێوەیەک هەراسانم بکات تا نسبەت بە ئەو کینە لە دڵ بگرم! لارنس لەو ساتەدا بۆ ئامانجەکەی هەوڵی دەدا نەک بۆ گیانی. وتەی دۆستانەی ئەو کاری کردە سەر خەڵکی، کە سەربازێکی کۆن لەنێوان ئەو کۆمەڵە خەڵکەدا هاتە پێشەوە و وتی:

- من وا دەزانم ئەم گەنجە ڕاست دەکات، ئەو سەبارەت بە کەسانێک دوا کە من ئەوانە دەناسم.

ئەو لە ڕێگەی خەیردا هەنگاو هەڵدەگرێت و ئێمە لە هەڵەداین. وا دەزانم لە جیاتی تۆڵەسەندنەوە لە ڕەشپێستان باشتر وایە یارمەتی ئەم خەڵکە بدەین تا بە ئامانجی خۆی بگات، کە ئامانجێکی ڕۆشنبیرییە! دوای ئەوە خەڵکەکە بە شەرمەزاری ئازادیان کرد و بە شێوەیەکی وا پارێزگاریان لێ کرد، کە بە یارمەتی ئەوانە قوتابخانەی "ودزکانتری" لە "می سی سی" کردەوە و ئەمڕۆ یەکێکە لە قوتابخانە بەناوبانگەکان.

نزیکەی بیست سەدە لەمەوپێش "ئاپیکتتوس" فەیلەسووفی یۆنانی وتی: (مرۆڤ جگە لەوەی چاندوویەتی هیچی تر دروێنە ناکات.)

ئەم فەیلەسووفە لەو سەردەمەدا سەبارەت بە دوو پاڵەوانانێک دەدوا، کە لە دوو پێشبڕکێی ماراسۆندا ڕایان دەکرد.

ئەو مەبەستەکەی بەم شێوەیە بەیان کرد: لە پێشبڕکێی ڕێگە دوورەکاندا، هەر کەس ئەنجامی هەڵەی کاری خۆی دەبینێت .کەسێک کە ئەم ڕاستییە فەرامۆش نەکات سەبارەت بە دیگەران تووڕە نابێت و دوژمنایەتی لەگەڵ کەسدا ناکات و سەرزەنشتی خەڵکی ناکات و بۆ ئازاردانی خەڵکی هەنگاو هەڵناگرێت و ڕق و کینەی بەرامبەر بە کەس نییە.

من لە خانەوادەیەکی مەزهەبیدا هاتوومەتە دنیاوە، دەمەوێ یارمەتی ئێوە بدەم و بە ئارامیتان بگەیەنم، بە ئامۆژگارییەکی مەزهەبی، بەڵام لەبەر ئەوەی نازانم ئێوە پەیڕەوی چ مەزهەبێکن باشتر وایە بۆ پەروردەکردن و هێنانە کایەی بیری خۆتان کە هۆکاری دەستەبەرکردنی ئاسوودەیی و خۆشبەختی ئێوەیە دەستووری ژمارە دوو بە بیر خۆتان بێننەوە: هەرگیز خۆت مەدە لە قەرەی تۆڵەسەندنەوە لە دوژمنانی خۆت، چونکە لەو کاتەدا زیاتر لە ئەوان ئازار بە خۆت دەگەیەنیت! وەرن با وەکو "ئایزنهاور" تەنها خولەکێکیش لە کاتمان سەرفی بیرکردنەوە بە کەسانێکەوە نەکەین کە خۆشمانیان ناوێ و ئێمەیش ئەوانمان خۆش ناوێ هەر ئەوەندە بەسە.

بەندی چواردەیەم

لە ڕەوشی ناسوپاسی خەڵکی مەڕەنجێ

ماوەیەک لەمەوپێش بڕیار بوو بۆ بینینی بەڕێوەبەری یەکێک لە کۆمپانیا تایبەتەکانی تەکساس بڕۆم. زانیارییەک کە لە بارەیەوە هەمبوو ئەوە بوو کە تووڕەبوون و ڕەنجاندنی زۆر بوو، دوای پانزە خولەک بە لایەنی کەمەوە سفرەی دڵی دەکردەوە و هێمن دەبوویەوە.

لە خولەکی یەکەمی چاوپێکەوتنەکەدا دەرکەوت کە تووڕەبوون و ناڕەحەتی ئەو دەگەڕێتەوە بۆ یانزە مانگ لەمەوپێش کە 10000 دۆلاری بە کارمەندەکانی دابوو وەک جەژنانە، بەڵام کارمەندەکانی هیچ قەدریان نەزانی.

ئەو بەوپەڕی تووڕەییەوە بە منی وت:

- بریا پولێکیشم پێ نەدانایە، چونکە لەو کاتەدا چاوەڕوانی قەدرزانی نەبووم: ئەم ڕستەیە منی خستەوە بیری 'کۆنفوسیوس' کە دەڵێت: ناخی مرۆڤی تووڕە و خەشمناک هەمیشە پڕە لە ژەهر.

ناخی ئەم پیاوە شەست ساڵەیە ئەوەندە ژەهراوی و کوشندە بوو، کە بەزەییم بە حاڵیدا دەهاتەوە. ئەو بە گوێرەی ئاماری بلاوکراوە لە لایەن بنکەی لێکۆڵینەوە و بیمە بە شێوەیەکی ئاسایی 14- 15 ساڵی تر بواری ژیانی هەبوو، ئەگەر بیویستایە ماوەی تەمەنیشی بەم شێوەیە بەسەر بەرێ لە ڕاستیدا جێگەی ئەوە بوو کە دڵ بۆی بسووتێ.

بنکەی لێکۆڵینەوە و ئامار لە بارەی تێکرای تەمەنی خەڵکانی ئێمەوە بڕوایان وایە کە تێکرای تەمەن بۆ پیاوان (75 ـ 80) ساڵە و تێکرای (70 ـ 75) ساڵی بۆ دادەنرێت.

لەوانەیە کارمەندەکانی ئەم پیاوە ئەو خەڵاتەیان بە مافی خۆیان زانی بێت لە بەرامبەر کاری زیادەدا، کە بەئەنجامیان گەیاندووە، یاخود کەسانێکی بێئاگان و سوپاسگوزاریان نەکردووە، بەڵام لەجیاتی دەرخستنی بۆچوونی ئەوانە دەتوانم بۆچوونی دکتۆر "ساموئل جانسون" بێنمەوە: حەق ناسی بەرهەمی درەختێکە کە پەروەردەی باش هێناویەتیە بوونەوە، ئەم بەرهەمە لە نێوان کەسانێک کە پەروەرە و تەرتیبێکی ڕێکیان نەبووە دەست ناکەوێت.

بەڕێوەبەری ئەم کۆمپانیایە، چونکە لە سروشتی مرۆڤ و کاریگەری پەروەردەکردن زانیاری نەبوو، مافی ئەوەی بە خۆی دابوو کە نارەحەت بێت و ڕۆژەکانی بە تاڵی بەسەر بەرێت، بەڵام ئەگەر زیاتر ئاشنای سروشتی ئادەمیزاد دەبوو بە دڵنیاییەوە بۆچوونەکانی دەگۆڕا.

ئەگەر تۆیش گیانی کەسێک ڕزگار بکەیت بە دڵنیاییەوە چاوەڕوانی ئەوەی لێ دەکەیت کە سوپاست بکات، وا نییە؟ بەڵام ئەگەر لەباتی "ساموئل لینو وینتر" بریکاری داکۆکیکەری کۆمەڵێک لە تاوانباری ئەمەریکا بوویت، کە ئێستا داکۆکی لەو تاوانبارانە دەکات چیت دەکرد؟ کاتێ 78 نەفەری مەحکوم بە لەسێدارەدانت ڕزگار کردایە لە بەرامبەریدا، هەتا یەکێک لە ڕزگار کراوەکان کارتێکی پیرۆزبایت بەهۆی جەژنی "کریسمس"ـەوە بۆ نەنێرن؟ ڕاستیەکەی ئەوەیە کە لە نێوان 78 نەفەردا تەنها کەسێک نەبوو کە سوپاسی بکات.

تا ئەو جێگەیەی کە زانیاریم هەیە لە تەواوی مەزهەبەکاندا ئەم بابەتە لە بەرامبەر چاکەدا، چاوەڕوانی سوپاسی دنیا نەبێت باسکراوە و تەواوی پەیڕەوانی مەزهەبەکان لەم بارەوە یەک بیروبۆچونیان

هەیە. بە داخێکی زۆرەوە دەبێت بڵێم کاتێ مادە بە تایبەت پارە دێتە کایەوە، ئومێدێک بۆ سوپاسگوزاری نامێنێتەوە.

کەسێک دەناسم نەک تەنها لە بەرامبەر وەرگرتنی نزیکەی یەک ملیۆن دۆلاردا سوپاسگوزاری نەکرد، بەڵکو ئەو کەسەشی تاوانبار کرد کە پارەکەی لێ وەرگرتبوو.

چیرۆکەکەی بەم شێوەیەیە: " شواب"، دۆستێکی هەبوو کە سندوقداری بانکێک بوو. دۆستەکەی شواب سەرجەم پارەکانی ناو سندوقی لە مامەڵەیەکی تایبەتدا بە ئومێدی قازانجێکی تایبەت بە خۆی خستبووە گەڕ، پارەکە بە تەواوی لەدەست چوو. شواب یەک ملیۆن دۆلاری بە خەڵات دا بە دۆستەکەی و ئەوی لە زیندان و بێکاری و گۆشەنشینی ڕزگار کرد. دۆستەکەی شواب بۆ چەند ساتێک سوپاسی کرد، بەڵام کاتژمێرێک دوای ئەوە تۆمەتباری کرد بەوەی کە ئەم کارە سوود و قازانجی بۆی هەیە! بەڕاست تۆ ئەگەر یەک ملیۆن دۆلار بە خزم و کەسە نزیکەکانی خۆت بدەیت، چاوەڕوانی سوپاسگوزاری دەکەیت؟ بە دڵنیاییەوە بەڵێ. بەڵام "ئەندرە کارنگی" ئەم کارەی کرد و ئەگەر دەیتوانی سەر لە قەبرەکەی بێنێتە دەرەوە دەیبینی کە خزم و کەسوکارەکەی دوژمنایەتی دەکەن.

دەزانی بۆ؟ مۆڵەت بدەن بڵێم: خزم و نزیکەکانی "ئەندرە" لە کاتی بەخاکسپاردنیدا بۆیان دەرکەوت کە ئەو لە بڕی 356 ملیۆن دۆلار سەروەتی خۆی، تەنها یەک ملیۆن دۆلاری بە خزم و کەسەکانی بەخشیوە و 355 ملیۆن دۆلارەکەی تری لە کاری خێردا سەرف کردووە، بە توندی تۆمەتباریان کرد و وشەی نابەجێیان لە بارەیەوە دەهێنایە سەر زمان، بەڵام خۆشبەختانە ئەو توانای بیستنی دژایەتیەکانیانی نەبوو. نابێ فەرامۆشی بکەین کە سروشتی دنیا ناسوپاسە و بەبێ ئەوەی توانای گۆڕینی هەبێت، بەڕاست بۆچی ئێمە لەم ناسوپاسییە نارەنجێین؟

چ بەڵگەیەک هەیە کە وەک ئەو یاداشتەی کە ماوەتەوە لە "مارکوس ئاوریلیوس" فەرمانڕەوا و ئیمپراتۆری بەتوانای ڕۆم ڕەفتار ناکەین.

وەک لە یاداشتەکانیدا نووسیویەتی: من لەگەڵ کەسانی زۆر بڵێ و دەم بەرەڵا و خۆپەرست پەیوەندیم هەیە، بەڵام لەوەی کە ناتوانم جیهانێک بەبێ بوونی ئەو کەسانە لە ناخی خۆمدا وێنە بکەم نارەحەت نیم. ئەگەر ئێمە خۆمان بە گازندەکردن لە نەبوونی قەدر و سوپاسەوە سەرقاڵ بکەین تاوان لە چ کەسێکەوەیە؟

ئایا تاوان دەگەڕێتەوە بۆ سروشتی مرۆڤایەتی یا بۆ بێئاگایی و نەزانی ئێمە لە سروشتی مرۆڤایەتی؟

ئامۆژگاری ئێوە دەکەم چاوەڕوانی ناسینی حەق و سوپاس لە خەڵکی مەکەن، چونکە ئەگەر بە ڕێکەوت لە بەرامبەر کارێکدا دەستخۆشیت لێ بکرێت و پێزانین دەببڕن ئەوا زۆر خۆشحاڵ دەبیت و ئەگەر پێیان نەزانی و دەستخۆشییان لێ نەکردیت، چونکە چاوەڕوانی نەبوویت نارەحەت نابیت.

مرۆڤ خوازیاری ئەوین و خۆشەویستی و تێگەشتنە، دەتوانێت کار بەم مەسەلەیە بکات، بەڵام لە کاتێکدا کە لە بەرامبەر چاکەکانیدا کاردانەوەیەکی نەبینی نابێ ژیان لە خۆی تاڵ بکات.

بە گومانی من یەکێک لەو ڕێگایانەی کە دەتوانێت ئێمە بگەیەنێتە خۆشبەختی و کامەرانی، دەرخستنی خۆشەویستییە، کە چاوەڕوانی چاکەی لێ ناکرێت و دەبێتە هۆی ڕەزامەندی ناخی مرۆڤ.

دەربارەی خۆم و خانەوادەم بۆتان دەدوێم: ئێمە خانەوادەیەکی فەقیر بووین، دایک و باوکم لەگەڵ ئەوەی کە ژیانێکیان نەبوو جێگەی ڕەزامەندی بێت، بەڵام هەوڵیان دەدا یارمەتی خەڵکی بدەن. بۆ نموونە بە هەر جۆرێک بووە هەموو ساڵێک بڕێک پارەیان دەنارد بۆ هەتیوخانەی شارەکەی خۆمان. ئەوان هەتا بۆ تەنها جارێکیش ئەو

هەتیوخانەیـان نەدیبـوو. تەنهـا هەنـدێ جـار یاداشـتێکی ڕەسـمییان بەدەسـت دەگەیشـت کە سوپاسـگوزاری لە خـۆ گرتبـوو، بەڵام ئەوان خۆشـحاڵ بـوون کە توانیـان لە دابینکردنـی جلـوبەرگ و خـۆراکی منداڵانی بێسەرپەرشت کاریگەریان هەبێت. دەرامەتی ئەمانە هەر ئەمە بوو و لەم دەرامەتەش ڕازی بوون.

"ئەرستۆ" دەڵێت:

مرۆڤی واقعی لە بەجێهێنـانی کـاری چـاکەدا بـۆ خەڵکی خۆشـحاڵ دەبێـت، بەڵام لەوەی کە خەڵکـی چـاکەی لەگەڵ بـکەن، شـەرمەزار دەبێت، ئەو کۆتاییە ئەوپەڕی گەورەییە و ئەم کۆتاییەش شەرمەزاریە، کەس حەز ناکات شەرمەزار بێت.

بـۆ گەڕان بە دوای خۆشـبەختیدا وەرن حەقناسـی و ناسوپاسـی شیتەڵ و تەحلیل بکەین، تا بە قۆناغێک بگەین کە ئەنجامێکمـان دەسـت بکەوێـت، چەنـدین هەزار سـاڵە کە دایکـان و باوکـان لە ناسوپاسـی منداڵەکانیان گلەیی دەکەن، لەم ڕوانگەیەوە زۆر ناڕەحەت بوون.

" شکسپیر" لە داستانی "شا لیر" بە ناڕەزاییەوە وتی:

ناسوپاسی منداڵان لە دانەکانی مار تیژتر و ژەهراویترە.

لێرەدا پرسـیارێک دێـتە پێش: بۆچی دەبـێ لە منـداڵانی خۆمـان کە ئەوانمـان بە ناسوپاسـی بە بـار هێنـاوە چـاوەڕوانی پێـزانین و سوپاسگوزاری بکەین؟ ناسوپاسی حـاڵەتێکی سروشـتی پەروەردە و پێگەیاندنە.

بـۆ ڕوونکـردنەوەی زیـاتر دەتـوانین بڵێـین ناسوپاسـی حـاڵەتێکی بێسەرپەرشـتی پێگەیانـدن و پەروەردەیـیە بە شـێوەی سروشـتی و زکماکی، واتە چاندن و پێگەیشتنی بێبەرهەم. بەڵام هەر هەمـان نەمام ئەگەر لەژێر چاودێریدا پەروەردە بکرێت ئەوا گوڵ یـا میوە دەگرێت، کە دەسـتکەوتەکەی پێـزانینە. پێگەیشـتن و پەروەردەی پێـزانین

پێویستی بە خواردن هەیە. ئەگەر ڕۆڵەکانمان سپڵە و پێنەزان بن کەسێک جگە لە ئێمە لێپرسراوی ئەوان نییە.

کاتێ فێرمان نەکردوون کە سەبارەت بە خەڵکان پێزان بن، چۆن دەتوانین چاوەڕوانی ئەوە بکەین کە لە خۆیانەوە سوپاسگوزاری خۆمان بن و بەو نەهامەتیەمان بزانن کە لە پێناوی ئەواندا کێشاومانە؟

پیاو و ژنێک دەناسم کە وەک زۆربەی پیاو و ژنانی دنیا مافی ئەوەیان هەیە کە منداڵەکانیان قەدریان بزانن، بەڵام وا نییە. پیاوەکە لەگەڵ ئەم ئافرەتەدا لە مەرجێکی وادا زەواجی کردووە کە ئەو لە مێرەکەی پێشووی دوو کوڕی هەیە .پیاوەکە کە لە کارخانەیەکدا کار دەکات هەفتەی بە چل دۆلار ناچارە ژیانی خۆی و ژنەکەی و دوو منداڵەکەش دابین بکات. دوای چەند ساڵێک ژنەکە داوا لە مێردەکەی دەکات بۆ دابینکردنی پێداویستییەکانی منداڵەکان بۆ کۆلێجەکان بڕێک پارە دابین بکات. پیاوەکەش بە ناچاری چووە ژێر باری قەرزەوە و قەرزەکانی هەتا دەهات زیاتر دەبوو.

دوای چەند ساڵێک کە پیاوەکە بەرگەی ئەم حاڵەتە ناهەموارەی گرت و منداڵەکان کۆتاییان بە خوێندن هێنا، بچووکترین پێزانینیان بۆ زڕباوکەکەیان نەنواند، ئەزانی بۆچی؟

لەبەر ئەوەی دایکیان زۆر منداڵەکانی گرتبووە خۆی و وا باری هێنابوون و پێی وتبوون: ئەمە بچووکترین کارێکە کە دەیتوانی بۆ ئێوەی بەجێ بهێنێت. ژنەکە وای دەزانی بەم شێوازە خزمەت بە منداڵەکانی خۆی دەکات، لە کاتێکدا کە کاتێ بەم شێوە بیرکردنەوەیە منداڵەکانی دەهێنێتە ناو کۆمەڵگاوە، گومانیان وا بوو کە لە هەموو شوێنێکی دنیاوە داواکارن، بۆچی؟ چونکە بۆ خۆیان وانەیان خوێندووە و مەبەستیانە بۆ خۆیان کار بکەن و سکی خۆیان تێر بکەن و جەستەی خۆیان داپۆشن. ئەنجامی کاری ژنەکە ئەوە بوو کە

منداڵەکان نەک تەنها پێزانین و سوپاسیان نەبوو بۆ زڕباوکەکەیان، بەڵکو یارمەتی زڕباوکەکەشیان نەدا لە بژاردنی ئەو بڕە پارەیەی کە بۆ منداڵەکانی قەرزی کردبوو. پیاوەکە بە ناچاری بەهۆی نەبوونی توانای بژاردنی قەرزەکانەوە ڕاپێچی زیندان کرا. پێچەوانەی ئەم ژن و مێردەی کە بۆم باسکردن کەم نییە، بۆ نموونە پورە "دیولای" خۆم بە شایستەترین شێوە پێزانین و سوپاسی لە منداڵەکانی خۆیدا دەبینی.

هێشتا منداڵێک زیاتر نەبووم کە هاتووچۆی ماڵی پوورە" دیولای"م دەکرد. پوورە دیولای دایکی مێردەکەی هێنابوویە ماڵەوە و وەک دایکی خۆی خزمەتی دەکرد .لەو کاتەدا دایکی خۆشی لەو ماڵەدا بوو. ئێستاش دوای تێپەڕینی ساڵانێکی زۆر دەتوانم چاوم ببەستم و ئەو دوو ژنە بەساڵاداچووە بێنمە بیری خۆم کە لە نزیک زۆپاکەوە دانیشتبوون و پێکەوە قسەیان دەکرد.

ڕاگرتن و خزمەتکردنی دوو پیرەژن بۆ پوورە "دیولا" دژوار بوو، بەڵام ئەو هەرگیز لەم حاڵەتە گلەیی نەدەکرد و هەتا لە هەڵسوکەوت و ڕەفتاریشیدا پیشانی نەدەدا. تەواوی هەوڵدانی ئەو ئەوە بوو کە دوو پیرەژنەکە بە خۆشحاڵی خزمەت بکات و لە هەمان کاتیشدا سەرپەرشتی منداڵەکانی خۆشی بکات. ئەو هەرگیز بیری نەدەکردەوە کە کارێکی شایستە بۆ ئەو دوو ژنە ئەنجام دەدات.

پورە دیولا ئێستا چۆنە؟ ئەو نزیکەی بیست ساڵە بە بێوەژنی ژیان بەڕێ دەکات. خاوەنی پێنج منداڵە کە هەر یەکەیان بۆ خۆیان ماڵێکی جیایان هەیە و خۆیان باوک و دایکی منداڵن. ئەم منداڵانە بۆ بردنی پورە دیولا بۆ لای خۆیان پێشبڕکێ دەکەن لە نێوان خۆیاندا. ئەوانە نەک تەنها قەدری دەزانن بەڵکوو لەگەڵ دایکیاندا خۆشەویستییەکی زۆر دەنوێنن. ئەوانە دەورانی منداڵی خۆیانیان لە ئامێزی دایکێکی ئاوادا بەسەر بردووە و بە شێوەیەکی سروشتی

قەدرزانی تیایاندا ڕەنگی داوەتەوە، ئێستا نابێ سەرسام بین کە بێڕیا دایکیان دەپەرستن.

نابێ فەرامۆشی بکەین کە بۆ بەهێزکردنی قەدرزانی لە منداڵاندا دەبێ خۆمان قەدرزان بین، منداڵانی بچووک گوێی گەورەیان هەیە و ئەوەی کە ئێمە دەیڵێین دەیبیستن. ئاگامان لە خۆمان بێت لە بەرچاوی ئەواندا یەکتر ڕسوا نەکەین و کاری یەکتر بە بێبایەخ لە قەڵەم نەدەین.

بۆ نموونە وتنی ئەم ڕستەیەی کە:

(سەیرکە ئەم ملپێچەی کە پورت بۆی چنیوی، خەرجێکی زۆری نەبردووە و خەڵاتێکی ئەوەندە گرانبەها نییە.) هەستێکی نابەجێ لە منداڵەکەدا بەجێ دێڵێ لە کاتێکدا کە دەتوانین بڵێین: (سەیرکە چەند پوورێکی نازەنین و نازدارت هەیە، چەندە کاتی خۆی بە چنینی ئەو ملپێچەوە بەسەر بردووە و چەندە حەزی کردووە کە ئەوەندە خۆی بخاتە زەحمەتەوە بۆ پێدانی خەڵاتێک، بە ڕاستی ملپێچێکی جوانە.) و ئەنجامێکی باشترمان دەستگیر ببێت.

بۆ ڕێگریکردن لە نیگەرانی نەزانین لە سوپاسگوزاری و قەدرزانی کار بەم دەستوورانە بکە: ا- لەجیاتی نیگەرانبوون و خۆخواردنەوە لە ناسوپاسی، چاوەڕوانی سوپاسگوزاری دیاری بکەین.

دەڵێن حەزرەتی "عیسا" لە ڕۆژێکدا دە نەخۆشی تووشبووی گەڕی شیفا داوە و ڕزگاری کردوون لەو نەخۆشیە، بەڵام تەنها یەکێک لەوانە سوپاس و پێزانینی دەربڕیوە، بۆچی ئێمە دەبێت زیاتر لەم پێغەمبەرە چاوەڕوانی سوپاس و پێزانین بین! ب- فەرامۆشی نەکەین کە ڕێگەی ڕاستی خۆشبەختی و شادی و شادمانی دەروون چاوەڕوانیکردنی حەقناسی نییە لە خەڵکان، بەڵکوو چاکەکردن لەگەڵ خەڵکیدا ڕێگەی گەیشتنە بە شادی و شادمانی دەروون بەبێ ئەوەی

چـاوەڕوانی پێـزانین و سوپاسـگوزاری بیـت. ج- ئەم بیـرۆکەیە لە خۆتـدا بەهێزتـر بـکە، کە قەدرزانـی واتە پەروەردەیەکـی ڕاسـت و دروست، ئەگەر دەمانەوێ منداڵەکانی ئێمە بە قەدرزانی ڕابێن دەبێت بە هەقناسی و قەدرزانی پەروەردەیان بکەین.

بەندی پانزەیەم

ئایا قەدری ئەو شتانە دەزانن کە هەتانە؟

سالانێکە کە "هاروڵدابوت" دەناسم، ئەو لە شەقامی "مادیسون" لە شاری "وب" لە فەرمانڕەوایی "مسیوری" دەژی، ماوەیەک لێپرسراوی دانیشتنەکانی وتاردان و کۆنفرانسەکانی من بوو. ڕۆژێک ئەوم لە یەکێک لە شەقامەکانی شاری "کانزاس" بینی. پێشنیارم کرد کە بە ئوتۆمبێلەکەی خۆی بمبات بۆ کێڵگەکەی خۆم لە ناوچەی "بلتون"، لەنێو ڕێگادا لێم پرسی:

- بەڕاست هاروڵد! چۆن خۆت لە نیگەرانی دەپارێزی؟

هاروڵد لە وەڵامدا داستانێکی ئیلهامبەخشی پێ وتم کە هەرگیز لەبیری ناکەم. ئەو داستانەکەی بەم شێوەیە بۆ من گێڕایەوە:

- زیاتر خوم بەوەوە گرتبوو کە بۆ هەموو شتێک -هەتا شتی بێبایەخیش، نیگەران ببم و ئەمە ئازاری ئەدام. بەڵام لە ڕۆژێکدا لە بەهاری ساڵی 1943 کە لە شەقامی "وست دورتی" لە شاری "وب" پیاسەم دەکرد، مەنزەرەیەک سەرنجی ڕاکێشام کە بۆ هەمیشە نیگەرانی لە بیر بردمەوە. تەواوی ڕووداوەکان لە ماوەی نزیکەی دە چرکەدا ڕووی دا و لەم دە چرکەیەدا بە ئەندازەی دە ساڵ ئەزموونم بەدەست هێنا.

دوو ساڵ دەبوو کە لەو شارەدا دوکانی وشکەفرۆشیم بەڕێوە دەبرد، بەڵام لە ڕۆژی شەممەی هەمان هەفتەوە دووکانەکەم داخست، چونکە لە تەواوی ماوەی کارەکانمدا نەک تەنها قزانجێک بۆ

سـەرمایەکەم زیـادی نەدەکـرد، بەڵکـوو برێکـی زۆریـش قەرزار بووبووم. بۆ دانەوەی قەرزەکانم پێویستم بە حەوت ساڵ کات هەبوو. ئەو ڕۆژەش دەڕۆیشتم تا لە بانکی بازرگانی برێک پارە وەربگرم و دەست بە کارێکی تر بکەم. لە هەمان کاتدا وەک کەسێکی ماندوو و لەپێکەوتوو هەنگاوم هەڵدەگرت، هەستم دەکرد هێزی جەستەیی و دەروونـی خـۆمم لەدەسـت داوە. بێئامـانج سـەیری دەوروبەرەکەمـم دەکرد. لەناکاو پیاوێک سەرنجی ڕاکێشام کە هەردوو قاچی نەبوو. ئەو بە یارمەتی سندوقێک کە چوار تایەی لەژێردا بوو و دوو پارچە دار کە هەر یەکەیانی بە دەستێک گرتبوو هەوڵی دەدا لە شەقامێک بپەڕێتەوە.

مـن کە شـاهیدی هەوڵ و تەقەلای ئەو بـووم بـۆ جووڵانـدن و جێگۆڕکێی، بە یارمەتی چوار تایەکە و ئەو دارانەی کە فشاری پێ دەخستنە سەر زەوی، کاتێ کە گەیشتم پێی پەڕیبوەوە لە شەقامەکە و دەیویست خۆی بەرز بکاتەوە بۆ ئەوەی بچێتە سەر شۆستەکەوە، وەستام و هەوڵی ئەوم بە سەرکەوتوویی بینی. ئەویش نیگایەکی کردم و بە زەردەخەنەیەکی دڵنشینەوە بە خۆشەویستییەوە سەلامی کرد و وتی:

(بەیانییەکی خۆش و چالاکیبەخشە! وا نییە؟)

بە سەر ڕاوەشاندنێک وەڵامم دایەوە کە بەڵێ وایە و بە خێرایی لە ناخی خۆمدا خۆمم لەگەڵ ئەودا بەراورد کرد و تێگەیشتم کە زۆر لە ئەو دەوڵەمەنـدترم. کـاتێ بینـیم کە دوو قـاچم هەیە و دەتـوانم بە چالاکی جێگۆڕکێ بکەم و هەنگاو هەڵگرم، شەرمەزار بووم.

بە خۆمم وت کاتێ ئەو بە بێ قاچ دەتوانێت بەم شێوەیە خۆشبەخت و شاد و دڵنیا بێت بۆچی من کە دوو قاچی ساغ و سالمم هەیە و نـاتوانم وەکـو ئەو وابـم؟ پـێش لەوە مەبەسـتم وابـوو کە لە بـانکی بازرگـانی سـەد دۆلار قەرز وەرگـرم، بەڵام بە بینینـی ئەو پیـاوە

ئەوەندە بڕوابەخۆبوونم زیادی کرد بڕیارم دا دووسەد دۆلار قەرز بکەم.

تا پێش ئەو کاتە بە خۆمم دەوت دەبێ بۆ بەدەستهێنانی کار بۆ کانزاس بڕۆم، بەڵام لە دوای ئەوە وتم هەوڵ دەدەم تا ئیشەکەی خۆم زیندوو بکەمەوە! ئەو پیاوە بوو بەهۆی تازەکردنەوەی ورە و توانای دەروونی و توانیم سەرلەنوێ ئیشەکەی خۆم بەدەست بێنمەوە.

هارولد کە بێدەنگی منی بینی، وتی:

- بۆچی شتێک ناڵێی؟

بۆ ئەوەی قسەکانی پێ نەبڕم وتم:

- گوێ بۆ قسەکانی تۆ ڕادەدێرم، کە زۆر بە لامەوە گرنگە، تەنها چاوەڕوانی ئەو ئەنجامەم کە بەدەستت هێناوە بۆم باس بکەیت! هارولد بە پێکەنینێکەوە کە لە ڕازیبوون لە ئەنجامەکەیەوە سەرچاوەی گرتبوو وتی:

- ئەنجامەکەم لە شێوازی دوو ڕستەدا بە ئاوێنەی حەمامەکەوە چەسپاندووە، بۆ ئەوەی هەموو ڕۆژێ لە کاتی ڕیشتاشیندا سەیری بکەم و فەرامۆشی نەکەم، دەمەوێ ئەو دوو ڕستەیەت پێ بڵێم: - مۆڵەتم بەرێ با یاداشتی بکەم! هارولد دیسانەوە پێکەنی و وتی: -بە بڕوای من ئەوە دێنێ کە یاداشتی بکەیت، بینوسە !نیگەران بووم بۆچی پێڵاوێکی باش و شیاوم نییە، بەڵام لە شەقامێکدا پیاوێکم بینی کە قاچی نییە! ڕۆژێک پرسیارم لە "ئادی ری کن بیکر" کرد، کە بۆ ماوەی بیستویەک ڕۆژ لەگەڵ هاوڕێکانیدا لە ئۆقیانووسی گەورە سەرگەردانیان چەشتبوو، وتم: (گەورەترین وانەیەک، کە لە ماوەی ئەم بیست ڕۆژ سەرگەردانییەدا فێری بوویت چییە؟)

وەڵامی دایەوە: - گەورەترین وانەیەک کە ئەو سەرگەردانییە فێری کردم ئەوە بوو کە ئەگەر خۆراک و ئاو بۆ ئێوە لە دژوارترین هەلومەرجدا دابین بکرێت، ئێوە هەرگیز لە شتێک گلەیی ناکەن! وا دەزانم وەڵامەکەی پێویستی بە ڕوونکردنەوەی زیاتر نییە، هەڵبەتە کورتەی ڕیپۆرتاژێک لە گۆڤاری "تایمز" دەتوانێت ڕوونکردنەوەیەکی باش بێت بۆ وەڵامەکەی "ئادی بیکر". لە ڕیپۆرتاژێکدا لە گۆڤاری "تایمز" سەبارەت بە سەردەستەیەک کە لە زۆنگاوێکدا بریندار بووبوو خوێندمەوە: سەردەستە... بەهۆی پارچەکانی موشەکێکەوە کە لە نزیک ئەوەوە تەقیبۆوە بە سەختی بریندار بووبوو، کە پزیشکەکان ناچار بوون بۆ ئەوەی بە زیندوویی بمێنێتەوە حەوت بتڵ خوێنیان تێکرد.

ئەو دوای بردنی بۆ نەخۆشخانە و خستنەژێرچاودێرییەوە نەیدەتوانی قسە بکات، لەسەر پارچە کاغەزێک ئەم پرسیارەی بۆ پزیشکەکەی نووسی: (دکتۆر! ئایا من بە زیندوویی دەمێنمەوە؟)

دکتۆر لە وەڵامیدا وتی: (بەڵێ، بە زیندوویی دەمێنیتەوە).

سەردەستەکە بە بەردەوامی لە سوچێکی کاغەزەکەوە نووسی: (ئایا دوای ئەوەی چاک بوومەوە دەتوانم قسە بکەم؟)

ئەم جارەش دکتۆرەکە پێی وت: (بەڵێ، دوای ماوەیەک بە تەواوی چاک دەبیتەوە و دەتوانیت قسە بکەیت).

سەردەستەکە بە بیستنی وەڵامی دکتۆرەکە لە پشتی هەمان کاغەزەوە بۆ خۆی نووسی: (کەوایە من چ نەخۆشییەکم هەیە، کە نیگەران بم؟)

بەڕاست بۆچی ئێوە لە خۆتان ناپرسن: (چ نەخۆشینێکم هەیە کە لە خۆمەوە بەبێ هۆ نیگەران و بێزار بم؟) بە بۆچوونی زۆر، تەواوی یا زیاتری نیگەرانییەکانی ئێوە هۆیەکی نییە و ئەوەندەش بە بایەخ نییە.

به حسابێکی سادە دەتوانیت بگەیتە ئەو ئەنجامەی کە زیاد لە 90%ـی شتەکانی ژیان بە ویست و خوازی ئێمەیە و کەمتر لە 10%ـی بە پێچەوانەی حەز و ویست و بۆچوونەکانمانەوەیە. ئەگەر بمانەوێت -کە دەبێ بمانەوێت- ژیانێکی دڵگیر و شیرینمان هەبێت دەبێ ئەو 10%یە لە بازنەی ژیانی خۆمان بکەینە دەرەوە و بیروبۆچوونی خۆمان لەو 90%دا بخەینە گەڕ، لە کاتێکدا بە پێچەوانەوە ڕەفتار بکەین ئەوا کارێکی دێوانەییە و ڕووبەڕووی نیگەرانی و تاڵی و نامورادی دەبینەوە و لە ئەنجامیشدا برینی گەدە و ناڕەحەتی دەروونی لە ئەستۆ دەگرین.

لە کەنیسەیەکی سەردەمی "کرامول" ڕستەیەک هەبوو کە هێشتا لە دیوارەکانیان نەکردووەتەوە و ماوەتەوە. خراپ نییە ئەم ڕستەیە لە دڵ و ناخی مرۆڤدا هەڵکۆڵرێت: بیر لە هەموو ئەو شتانە بکەرەوە کە شایەنی سوپاسگوزارین و پاشان سوپاسگوزاری خودایان لەسەر بکە.

"جوناتان سویفت" نووسەری کتێبی بەناوبانگ "گەشتەکانی گالیور" لە کۆمەڵەی ڕەشبینەکانە لە ئەدەبیاتی ئینگلیزیدا.

ئەو ئەوەندە ڕەشبین بوو لەگەڵ هاتنە ناوەوەی هەنگاوی بۆ ئەم جیهانە ڕەنجی دەکێشا، هەر بەم هۆیەوە لە ڕۆژەکانی لەدایکبوونیدا جلوبەرگی ڕەشی لەبەر دەکرد و بە ڕۆژوو دەبوو. بەڵام "جوناتان سویفت" بەوپەڕی ڕەشبینی و نائومێدییەوە لە بەردەم توانای ژیانەوە و شادیدا ڕادەوەستێ و بڕوای وایە: (باشترین پزیشکانی جیهان، پزیشکی خواردن، پزیشکی ئارامی و پزیشکی شادین.) من و تۆ دەتوانین لە تەواوی کاتەکانی ڕۆژ و شەودا (پزیشکی شادی)مان لە خزمەتی خۆماندا هەبێت. بە خزمەتکرتنی (پزیشکی شادی) بەم شێوەیە سامانێکی نەبڕاوەی شاراوە لە ناخی خۆماندا دەدۆزینەوە.

سـامانی شـاراوه له نـاخی هەر یەكێـك له ئـێمه له گەنجیـنه ئەفسانەكانی "عەلی بابا"یش زیاتره. بەڕاست، ئامادەیت چاوانی خۆت بفرۆشـیت به یەك ملیـار دۆلار؟ ئەی بـۆ قاچەكانـت داوای چەنـد دەكەیـت؟ ئەی دەسـتەكانت؟ ئەی ئامادەیـت تواناكـانی بیسـتن به چ نرخێك بفرۆشیت؟ ئەی منداڵەكانی خۆت به چەند دەفرۆشیت؟ ئەی بۆ خزمان و كەسوكارەكانت دەڵێیت چی؟

ڕێـژەیەك كه داوای دەكەن بـۆ ئەم هەمـوانه -له بیروبۆچـوونی خۆتدا- كۆی بكەرەوه تا ببینیت كه هەرگیز ئامادە نیت شتانێك كه ئێستا هەتانه و به بێبایەخی دەزانن بیگۆڕنەوه به هیچ شتێك. بەڵام بەداخەوه زۆر كەمن ئەو كەسانەی كه قەدری ئەم بەخششانه دەزانن و پەی به بەهاكەی دەبەن.

"شوپنهاوەر" لەم ڕوانگەیەوه بۆچوونێكی گرنگی هەیە: كەمتر ڕوو دەدات، كه لەوەی هەمـانه ڕازی و خۆشـحاڵ بـین، بەڵام هەمیشـه بـۆ شتانێك كه نیمانه ناڕەحەت و نیگەرانین و خەفەت دەخۆین.

نـاڕەحەت نـابم ئەگەر بڵێم: بەداخەوه "شـوپنهاور" ڕاسـت دەكـات و حەقـی خـۆیەتی. بەڵـێ، قەدرزانینـی ئەو شـتانەی كه هەمـانه و داخ و خەفەتخـواردن بـۆ ئەو شـتانەی كه بێبەشـین لێیـان زیـاتر له تەواوی شـەڕەكانی نەهامەتیـاری كه مـرۆڤ به خـۆیەوه دەیبینێت بەدبەختـی بەهیلاكداچوون دینێته ئاراوه.

هەر ئەم شـێوه بیركركـردنەوەیه هەڵه بـوو كه "جـان پالمر"ـی له ژیـانێكی خۆشـبەختانه لادا و ڕوو به پەرێشـانی ڕاپێچـی كـرد و له هەست بێبەشی كرد و ئاشكرا نەبوو كه ئەگەر گەنجێكی كەمئەندام به فریای نەگەشتایه سـەرەنجامی چی دەبوو؟ من داستانەكەی دەزانم، چونكه خۆی بۆی گێڕاومەتەوه.

ئەم پیاوە "پالمر"، کە لە شەقامی "پاترسن" لە شاری "نیوجرسی" دەژی پێی وتم: -دوای بەجێهێشتنی ڕیزەکانی سوپا، کارێکی ئازادم بۆ خۆم هەڵبژارد، دوای ئەوەی کارەکەم بۆ فەراهەم بوو شەو و ڕۆژ کارم دەکرد، کۆتایی کارەکەم ڕووی لە فراوانی و ڕەونەق بوو، بەڵام زۆری نەخایاند کە کێشە و ئاستەنگەکان خۆیان پیشان دا و من لە باتی بەرەنگاربوونەوە کشامە دواوە .دژواری لێرەوە دەستی پێ کرد کە نەمدەتوانی پێداویستی سەرەتایی و یەدەک بە ئەندازەی پێویست دابین بکەم.

من لە باتی دۆزینەوەی ڕێگەچارە تەنها نیگەران دەبووم، زۆر دەترسام لەوەی نەوەک ناچار بم و دەست لە کارەکە هەڵبگرم. باوەڕ بکەن نیگەرانی ئەوەندە ئازاری دابووم، کە بە خێرایی گۆڕابووم بە پیرە پیاوێکی قرخەقرخکەر، حاڵەتی پیاوی شاد و لێوبەخەندەییم پەراوێز خست، کە پێشتر بەم سیفەتانەوە بەناوبانگ بووم. نیگەرانی بەلایەکی بەسەرمدا هێنا کە زۆری نەما بوو ماڵ و ژیان تەرک بکەم، هەڵبەتە وەها نیازێکم نەبوو، بەڵام ئێستا تێدەگەم کە لە نەزانی خۆمدا بوو هەرچیم بەسەر هات.

ڕۆژ بە ڕۆژ نیگەرانتر دەبووم، تا ڕۆژێکیان گەنجێک کە لە ڕابردوودا سەرباز بوو لەلای من خزمەتی دەکرد ئێستاش بەهۆی دۆستایەتیەوە جار جار سەردانم دەکات، بە بینینی حاڵی من وتی: ("جانی"، تۆ خەجاڵەتی ناکێشی کە دەست و پێی خۆتت ون کردووە؟ وا دەزانی تەنها تۆ لەگەڵ کێشە و ئاستەنگدا دەرگیر بووی؟ لەم دنیایەدا ناتوانی مرۆڤێک بدۆزیتەوە کە کێشەی نەبێت. وای دابنێ ناچار بیت ماوەیەک دوکانەکەت دابخەی، چی دەبێت؟ دوای ئەوەی کارەکان فەراهەم بوون دووبارە مەشغوڵ دەبیتەوە. تۆ لەجیاتی ئەوە سوپاسگوزاری شتانێکی زۆر بیت کە هەتە، کەچی هەموو شتێکت لەبیر کردووە! بریا من لە جێی تۆ بوومایە، سەیری من بکە، دەستێکم

هەیە و نیوەی ڕووخسارم گولله لەناوی بردووە، بەم حاڵەشەوە نەک تەنها گلەیم نییە، بەڵکوو ڕازیشم.

ئەگەر دەست لە خەفەتخواردن و نیگەرانی هەڵنەگریت پیشەکەت هیچ کە لە دەستی دەدەیت، تەندروستی خۆت و خانەوادە و دۆستانیشت لەدەست دەدەیت. لە یادی مەکە چی دەڵێم! تۆ تەنها کەسێک نیت کە کێشەت هەیە، لەم دنیایەدا مرۆڤی بێ کێشە بوونی نییە، بەڵام چۆنیەتی ڕووبەڕووبوونەوەی ئەوانە جیاوازی هەیە، هەر ئەوەندە).

بە بیرهێنانەوەکانی دۆستەکەم ئەوەندە کاریگەری لەسەرم هەبوو، کە ڕاستەوخۆ گفتەکانی حاڵمی گۆڕی، بە تایبەتی کاتێ دەمبینی لە کاتی قسەکردندا دەستە بڕاوەکەی بە ئەنقەست دەجووڵاند و دەیویست بەم ڕێگەیە کێشەکەم لە بیر بەرێتەوە و ڕووخساری کە گولله جوانی لێ سەندبووەوە پێدەکەنی. گفتەکانی منیان لەو کوێرە ڕێگەیە لادا، کە بە بێئاگایی گرتبوومە بەر و هێنامیەوە سەر خۆم و سەرنجی ڕاکێشام.

دوای ئەوە شتانێک کە هەمبوو لە بیرم کردبوون، هێنامنەوە بیری خۆم و بڕیارم دا خۆم بگۆڕم، هەر هیچ نەبێ بە لایەنی کەمەوە بۆ ڕابردووی شاد و لێوبەخەندەی خۆم بگەڕێمەوە، ئەم کارەم کرد و سەرکەوتووش بووم.

'لوسیل بلیک'، یەکێکە لە دۆستانی من کە نەیزانی بوو دڵی خۆش بێت بە شتانێک کە هەیەتی و خۆی ناڕەحەت نەکات بۆ شتانێک کە نییەتی. ئەو وا خۆی ڕاهێنا بوو کە ژیان لەگەڵ ترسولەرزدا بەسەر بەرێت. 'لوسیل'م لە ساڵەکانی پێشوودا دەناسی. پێش کۆتا بەیەکگەشتنمان، من و ئەو لە زانکۆی کۆلۆمبیا لە بەشی ڕۆژنامەوانی سەرگەرمی شێوەکانی نووسینی داستانی کورت بووین. نۆ ساڵ دوای لێکجیابوونەوە، ڕووداوێکی دەردناک لێی ڕوویدا.

خراپ نییه ڕووداوەکە لە زمانی خۆیەوە ببیستین: ژیانێکی هیچم هەبوو، لە لایەک خوێندکاری زانکۆی "ئاریزۆنا" بووم لە لایەکی ترەوە لە شاردا پۆلێکی وتاردان و ڕەوانبێژیم بەڕێوە دەبرد. لە هەمان کاتدا لە ناوچەیەکی تر پۆلێکی مۆسیقام بەڕێوە دەبرد، بەم هەموو سەرگەرمییەوە بۆ کۆڕەکانی سەما و میوانی و ئەسپسواری و سەرگەرمییەکانی تریش دەڕۆیشتم. ژیان بەم شێوەیە تێدەپەڕی تا ڕۆژێکیان بەرەبەیان هەستم کرد دووچاری لاوازی دڵ بووم، حاڵم نیگەرانکەر بوو. کاتێ سەردانی پزیشکم کرد، وتی کە بۆ ماوەی یەک ساڵ دەبێت لەسەر جێ بکەویت و پشوو بدەی و بە هیچ شێوەیەک ڕێگە نەکەیت. هەرچەندە ڕێنمایی پزیشکەکە هیچ ئومێدەوارییەکی بە من نەبەخشی تا بتوانم دووبارە تەندروستی خۆم بەدەست بێنم. ساڵێک لە جێدا کەوتن، نەخۆشکەوتن و دوای ئەوە مردن؟ ترس هەموو گیانمی دەلەرزاند. ترسێک کە ناتوانم بۆتان باس بکەم و وێنەی بکێشم تا لە بارەیەوە زانیاری و وێنەیەکی باشتان هەبێت! بۆچی دەبێت ئەم ڕووداوە لە من ڕووبدات؟ مەگەر چیم کردبوو کە دەبێت بەم نەهامەتیەوە گیرۆدەبم و بناڵێنم؟ بە بێئاگایی دەستم کرد بە گریان و هۆنهۆن فرمێسکم دەباراند. دوای ئەوە توورە بووم، بەڵام ناچار بووم خۆم بدەمە دەست ئامۆژگارییەکانی پزیشکەکە و پەنا ببەمە بەر جێگەکە و لەسەری ڕاکشێم.

"ڕودلف"ـی دراوسێی من، کە لە ڕێگەی هونەرپیشەییەوە ژیانی بەڕێ دەکرد ڕۆژێک پێی وتم: (تۆ ئێستا وا دەزانی کە دەبێت یەک ساڵ لەسەر جێ بمێنیتەوە و بۆچوونت وایە، کە کارێکی دژوار و دەردناک بەئەنجام دەگەیەنیت، کە بەئەنجامگەیاندنیشی مەترسی دەست لە سەرت هەڵناگرێ؟ بەڵام وا نییە، تۆ لەم ماوەیەدا بوارت هەیە کە بیر لە خۆت بکەیتەوە و خۆت بناسی و لە ئەنجامدا ببیتە خاوەن ڕۆحێکی بەرز. ئەگەر بەم شێوەیە بەرەنگاری لە نەهامەتی

بکەیت لەم چەند مانگەدا بوارت دەبێت زیاتر لە تەواوی ماوەی تەمەنێک کە بە فیڕۆت داوە زانیاری مەعنەوی بەدەست بهێنی).

گفتەکانی "رودلف" هەندێ ئارامی کردمەوە، بەو ئارامیەی کە بەدەست هاتبوو هەوڵم دا سەبارەت بە بەخشیشەکانی ژیان دەستکەوتەکانی خۆم فراوان بکەم .لە بەردەوامی ئەم هەوڵەدا کتێبانێکی ئومێدبەخشم خوێندەوە، کە بۆ من زۆر گرنگ و بەسوود بوون.

ڕۆژێکیان لە ڕادیۆوە بیستم کە بێژەرێک وتی: (ئەو شتەی کە لە خەیاڵی خۆتدا پەروەردەی دەکەیت و بیری لێ دەکەیتەوە هەر ئەو شتەیە کە سەردانت دەکات).

زۆر جار ئەم وشانەم بیستبوو، بەڵام هیچ کات کاریگەرییەکی ئەوتۆی لەسەرم بەجێ نەهێشتبوو، بەڵام ئەم جارە وتەی بێژەرەکە تا قووڵایی ناخم ڕۆ چوویە خوارەوە و لە هەموو شوێنێکدا ڕیشەی داکوتا و منی کێش کرد. بڕیارم دا بیر لە شتانێک بکەمەوە کە بە کەڵکی ژیان دێن. وەک خۆشی و شادی، خۆشحاڵی، تەندروستی و... بیر لە شتانێکی لەم شێوەیە بکەمەوە.

وا خۆمم ڕاهێنا کە هەموو ڕۆژێ بەرەبەیان کە لە خەو هەڵدەستم لە بیری ئەو بەخششانەدا (نیعمەت) بم کە شایەنی سوپاسگوزارین و بەم ڕێگەیە خەفەت و نیگەرانی لە ناخی خۆمدا زیندەبەچاڵ بکەم.

لە ساتێکی ئاوادا سەرنج و بیرم لە لای کچە بچووک و جوان و شیرینزمانەکەم دەبوو بە توانای بینایی، توانای بیستن، مۆسیقای ڕۆحنەوازی، کە لە ڕادیۆوە پەخش دەکرا، کاتێکی تەواو بۆ خوێندنەوە، خواردنی باش و دۆستانی یەکڕەنگ کە لە ڕۆژانی نەخۆشیمدا بەتەنهاجێیان نەدەهێشتم، بیرم دەکردەوە.

لەم ڕوانگانەوە ئەوەندە خۆشحاڵ بووم کە شادی من بوو بووە هۆی ئەوەی کە کەسانێکی زۆر هەموو ڕۆژێک سەردانم بکەن. ئەو کەسانەی کە سەردانیان دەکردم ئەوەندە زۆر بوو بوون کە پزیشک بە ناچاری بڕیاری دا لە یەک نەفەر زیاتر کەس ناتوانێت سەردانت بکات ئەویش لە کاتژمێری دیاری کراودا. ئێستا کە تۆ لێرەدای نۆ ساڵ لەو مێژووە تێدەپەڕێت و من بە خۆشی و چالاکی ژیان بەسەر دەبەم و سەبارەت بەو یەک ساڵەش کە لەسەر جێ بووم بێئەندازە مەمنوون و سوپاسگوزارم، چونکە خۆشترین ساڵێک کە لە "ئاریزونا" بەسەرم بردبێت ئەو ساڵە بوو.

هێشتا هەموو ڕۆژێک بەیانیان بیر لە نیعمەتەکان دەکەمەوە و ئەم دابونەریتەیش یەکێکە لە پڕبایەخترین سەرمایەکانی ژیانی من. شەرمەزاری من ئەمەیە کە بۆچی دابونەریتی ژیان فێر نەبووم تا لە مردن نزیک نەبوومەوە! "لوسیل بلیک"ی ئازیز! تۆ هەر ئەو وانەیە فێر بووی کە دووسەد ساڵ لەمەوپێش، "ساموئل جانسون" بەیانی کرد و وتی:

- خوو گرتن بەوەوە کە هەمیشە سەیری لایەنە باشەکانی ڕووداوەکان بکەین، بە بایەخترە لە بوونی دەرامەتێکی هەزار پاوەندی لە ساڵێکدا! ئەو وشانە لە زمانی کەسێکی زۆر دڵخۆشەوە دەرنەچووبوو. بەڵکوو بێژەری ئەو وشانە کەسێکە کە بیست ساڵ لەگەڵ فەقیری، برسیتی و خەفەت و نیگەرانی دەستەویەخە بووە و سەرئەنجام لەژێر سێبەری هەوڵ و بیری ڕەوان و گونجاودا گۆڕاوە بۆ نووسەرێکی باش و بەناوبانگترین ڕەوانبێژانی زەمانی خۆی.

"لوگان ئاسمیت" گەنجینەیەک لە مەعریفەت و دانایی لە چەند ڕستەیەکدا کۆ کردوەتەوە و دەڵێت: لە ژیاندا دەبێ دوو شت بکەیت بە سەرمەشق : یەکەم: بەدەستهێنانی شتێک کە دەمانەوێت و پێویستمان پێیەتی. دووەم: سوودوەرگرتن لەوەی هۆشمەندترین و

ژیرترین کەس ئەو کەسانەن کە لە ڕێگەی بەدەستهێنانی ئامانجی دووەمەوە سەرکەوتوو دەبن.

بەڕاست، حەز دەکەن بزانن کە شۆردنی قاپوقاچاخیش کارێکی چالاکیبەخش و سەرگەرمکەرە؟ ئەگەر خوازیاریت وەڵامی ئەم پرسیارە بزانیت داستانی ژیانی "بورگیلد دال" بخوێنەرەوە.

کتێبەکەی بە ناوی "دەمەوێ ببینم".

کتێبی "دەمەوێ ببینم"، لە لایەن ئافرەتێکەوە نووسراوە کە ماوەی نیو سەدە کوێر بوو.

لە بەشێکی کتێبەکەدا دەیخوێنینەوە:

... من تەنها یەک چاوم هەبوو و ئەو یەک چاوەشم بە شێوەیەکی وا بەهۆی برینەوە داپۆشرا بوو کە تەنها ترووسکاییەکی زۆر بچووک لە لای بەشی چەپییەوە بۆ بینین مابوویەوە. لە کاتێکدا دەمتوانی کتێب بخوێنمەوە کە کتێبەکە بە تەواوی لە چاوم نزیک بکەمەوە و بیچەسپێنم بە چاومەوە و فشارێکی زۆر بخەمە سەر دەمارەکانی بەشی چەپی چاوم... لە هەلومەرجێکی وادا هەرگیز لە نێوان خۆم و خەڵکیدا هەستم بە جیاوازی نەدەکرد.کاتێ منداڵ بووم دەمویست لەگەڵ منداڵانی تردا یاری بکەم، بەڵام وەک ئەوان نەبووم کە بتوانم خەتەکان دیاری بکەم، بۆ نموونە کاتێ منداڵەکان "خەت خەتێن"یان دەکرد چاوەڕوانیم دەکرد تا ئەوان ماندوو بن و بڕۆن. لە دوای ڕۆشتنی ئەوان لە سەر زەوی ڕادەکشام و سەیری ئەو خاڵ و خەتەم دەکرد کە منداڵەکان کێشابوویان. بۆ سەیرکردن ناچار بووم ڕووخسارم بە زەوییەوە بچەسپێنم، چونکە حەزم لەم یارییە بوو، ئەوەندە لەسەر زەوی دەمامەوە تا خاڵ و خەتەکانم بە بیرم بسپێرم و ئەو خەت و خاڵانە لە مێشکی خۆمدا جێگیر بکەم. سەرسام نەبیت

کاتێ دەڵێم ئەوەندە جوولام و هەوڵم دا تا سەرئەنجام لە نێوان کۆمەڵەی نابینایاندا لەم یارییەدا قارەمان بووم.

ئەوەندە پشتیوانیم پیشان دا و هەوڵم دا تا خوێندنەوە فێر بووم و لە ماڵەوە دەستم بە خوێندنەوە کرد. هەتا ئەو کتێبانەی کە بە خەتی ورد چاپ کرابوون ناچار بووم ئەوەندە لە چاومی نزیک بکەمەوە تا برژانگەکانم بە پەڕەکانەوە دەلکا... بەم شێوەیە بوو کە لەژێر سێبەری هەوڵی خۆمدا توانیم دوو بڕوانامە لە زانکۆکانی "میسونا" و "کۆلۆمبیا" بەدەست بهێنم.

دوای بەدەستهێنانی بڕوانامەکان لە ناوچەیەکی بچووک "تواین والی" بە دەرسوتنەوەوە سەرقاڵ بووم. دوای ئەوە سەرکەوتوو بووم و توانیم لە کۆلێجی "ئاگوستانا" لە داکوتای باشوور لە بەشی ڕۆژنامەوانی و ئەدەبیاتدا پلەی پسپۆڕی بەدەست بهێنم. لێرەشدا بۆ ماوەی سیانزە ساڵ وانەم وتەوە، لە یانەی ژناندا وتارم دەدا و سەبارەت بە کتێبەکان و دانەرە گەورەکان کۆنفرانسی دوابەدوای یەکی ڕادیۆیم دەگرت، بەڵام دەبێ دان بەوەدا بنێم کە لە تەواوی ئەم ماوەیەدا بیرم لە خاڵێکی زۆر ترسێنەر دەکردەوە، ئەویش کوێربوون بوو بە یەکجاری، من بە ناچاری بۆ سەرکەوتن و زاڵبوون بەسەر ئەم خەیاڵات و دابونەریتەدا شادی و چالاکی لە ژیان و زیندووبوونم لە نێو خۆمدا بەهێز دەکرد. بەڵام خۆشبەختانە لە ساڵی 1943دا واتە کاتێ تەمەنم 52 ساڵ بوو موعجیزەیەک ڕووی دا: موعجیزەکە ئەوە بوو کە بەهۆی نەشتەرگەرییەکەوە لە نەخۆشخانەی "مایو"، کە لەسەر چاوم ئەنجام درا و توانای بینایی چاوم چل ئەوەندەی جاران زیادی کرد، ئەو کاتە بوو کە دنیای تازەم دەبینی. کە پڕ لەشادی و خۆشبەختی بوو.

ئێستا کە دەتوانم هەموو شتێک ببینم هەتا شۆردنی قاپوقاچاخەکانی چێشتخانەش ئەوەندە شادی و کامەرانی و چالاکی

دێنێته ئاراوه که چێژی لێ وەردەگرم. له کاتی قاپوقاچاخ شۆردندا لەگەڵ دڵۆپه کەفه بچووک و سپی ڕەنگەکاندا که له بنی دەفرەکەوه دەردەچن یاری دەکەم، دڵۆپه کەفەکان دەدەمه بەر ڕووناکی و له ناویاندا دنیای پڕ له نەخشونیگار و هەتا پەلکەزێڕینەش دەبینم. دیسانەوه دانی پێدا دەنێم که له فڕینی باڵندەکان و جوانییه شاراوەکان له بڵقێکی ئاوی سابووندا ئەوەنده گەش دەبمەوه که ناتوانرێ تەعبیری لێوه بکرێ...

خانمی "بورگیلدال" له بەدەستهێنانی بینایی خۆی ئەوەنده شادمان و کامەرانه، شەیدای شتانێکه که لەبەردەستیدایه، کۆتایی کتێبەکەی بەم ڕستەیەی خوارەوه هێنا: خودایه! سوپاسگوزاری تۆم که ئەم هەموو نیعمەتەت پێ بەخشیوم، خودایه زۆر مەمنوونم! باش بیر بکەنەوه! کاتێ مرۆڤێک له بینینی پەلکەزێڕینه لەنێو کەفی سابوون و فڕینی باڵندەکان ئەوەنده قەدرزان بێت، که له خوای خۆی سوپاسگوزاری دەکات، ئایا نابێت له بێئاگایی خۆمان سەبارەت بەو نیعمەته به بایەخانەی که به ئێمەی بەخشیوه و سوپاسگوزاریان نین، شەرمەزار بین؟ هەموو تەمەنی خۆمان له بەهەشتی ڕەنگاوڕەنگ و لێوانلێو له جوانی بەسەر برد، بەڵام بەشێوەیەکی وا لەم جوانیانه تێر بووین، که به چاوی دڵ سەیری ئەوانەمان نەکردووه و چێژی تایبەتمان لێ وەرنەگرتوون!

ئێستا که گفتەکان گەیشتووەته ئێره، با به کار بەستنی یاسای کاری چوارەم نیگەرانی له خۆمان به دوور بگرین و ژیانێکی تازه دەست پێ بکەین. بەخشیشەکان و نیعمەتەکانت بژمێره نەک بێبەشییەکان و مەحروومیەکانت.

بەشی پێنجەم

بەندی شانزەیەم

خۆت بناسە و خۆت بە

جگە لە تۆ کەس هاوشێوەی تۆ نییە

مەبەستمە ئەم بەشە بە نامەی خانمی "ئادیت ئادلر" دەست پێ بکەم، خانمی ئادلر بۆ منی نووسی بوو:

{... لە منداڵیدا زیاد لە ئەندازە کەم ڕوو بووم و زۆر بە زووی زویر دەبوم، لە ڕووی باڵا و جەستەوە لەگەڵ منداڵە هاوتەمەنەکانی خۆمدا جیاوازیم هەبوو، کە کاتێ دەچوومە سەر تەرازوو خۆمم کێشانە دەکرد قورساییەکەم دوو ئەوەندەی هاوتەمەنەکانم بوو. ئاسایی بوو ئەگەر ڕووخساریشم لەگەڵ ئەواندا جیاوازی هەبووایە. دایکم پیرەژنێکی یەک بڕیار بوو، جلوبەرگی جوان دووراوی بە کارێکی بێئەقڵانە دەزانی و بۆچوونی وا بوو کە جلوبەرگی فراوان زیاتر دەمێنێتەوە وەک لە جلوبەرگی تەسک. ئەو جلوبەرگە فراوانانەی کە ئەو بۆی هەڵدەبژاردم منی نابوتتر و ناشیرنتر دەکرد.

جگە لە سەر و شکڵی نەشیاو، کێشەیەکی ترم ئەوە بوو کە نەمدەویست تێکەڵ بە هاوڕێکانم ببم و بە سەرگەرمی و دڵخۆشییەکانی ئەوان دڵخۆش بم. دەترسام لە میوانییەکاندا بەشداری بکەم، بە کورتی هیچ سەیران و گەڕانێکم نەبوو. هەتا لە وەرزشیش بێزار بووم. نە خۆم وەرزشم دەکرد، نە بۆ سەیری پێشبڕکێی وەرزشی دەڕۆیشتم کە حەز و ئاواتی زۆرێک لە خەڵکی بوو.

هەمیشـە بیـرم دەکـردەوە لەگەڵ خەڵکیـدا جیـاوازم و لەم ڕوانـگەیەوە شەرمەزار دەبووم. بیروبۆچوونم وابوو کە خەڵکی لە من بێزارن.

کـاتێ کە گەورە بـووم لەگەڵ پیاوێکـدا کە چەنـد سـاڵێک لە خـۆم گەورەتـر بـوو زەواجـم کـرد. بە بـوونی مێـردیش هەرگیـز هەوڵـم نەدا گۆڕانکـارییەک لە حـاڵی خۆمـدا بێـنمە ئـاراوە. خزمـان و نزیکـانی مێردەکەم کەسانێکی خـاوەن کەمـاڵ بوون، کە بڕوابەخۆبوونی ئەوانە منـی شـەرمەزار دەکـرد. لەگەڵ ئەوەی کە بە بڕوابەخۆبـوونی ئەوانە دڵخـۆش بـووم، بەڵام هەرچـی هەوڵـم دەدا نەمـدەتوانی وەک ئەوانە لەنێو خۆمدا بڕوابەخۆبوون بێنمە ئاراوە. ئەوانیش هەوڵی خۆیانیان دا تـا لەم ڕێـگەیەدا یـارمەتیم بـدەن، بەڵکـوو سـەرکەوتوو بـم، بەڵام بە پێچەوانەوە زیاتر پابەند دەبووم بە خوونەریتی ڕابردووم.

حـاڵی مـن بە شـێوەیەکی لێهـاتبوو کە هەسـتم دەکـرد بـۆ خـۆم و خەڵکـی مـایەی زەحمەتـم و سـەبر و ئـارامم لـێ بـڕاوە. لە دۆسـتانی خانەوادەیم دوورەپەرێزیم دەکرد. کاتێ لە زەنگی دەرگا دەدرا هەسـتم بە ترسولەرزێکی زۆر دەکرد.

خراپـی کـارەکە لێـرەدا بـوو کە خۆشـم دەمزانـی چـی دەکەم و بـۆ ئەوەی مێـــردەکەم نەزانێــت و هەســت نەکـــات بە ڕواڵەت خـــۆمم خۆشـــحاڵ پیشـــان دەدا، بەڵام بەداخەوە خۆبەخۆشـــحاڵ پیشـــاندان حـاڵەتێکی گێـژانەی بە مـن دەبەخشـی، هەرچەنـدە دەمویسـت لەسـەر نەخشێک یاری بکەم کە هـیچم لـێ نەدەزانی. هەمـوو جارێـک بەهـۆی ڕواڵەتەوە دەبـوومە جـێگەی گاڵتەجـاڕی و بـۆ مـاوەی چەنـد ڕۆژێـک لەپـێ دەکەوتـم. سـەرئەنجام ئەوەنـدە نـاڕەحەت و خەمگـین بـووم کە هیچ هۆیەکی دڵشاد و ئومێدەواربوونم لە ژیانـدا بۆ نەمـابووەوە و کەم کەم بیری خۆکوژی لە مێشکمدا پەرەی دەسەند}.

تا ئێرەی نامەکەی خانمی "ئادیت" دڵساردکەر و ناخۆشە و منیش لە گێڕانەوەی ئەم بەسەرهاتە ڕازی نیم، بەڵام مۆڵەت بدەن تا پێکەوە بزانین سەرئەنجام چی بەسەر هاتووە.

خانمی "ئادلر"، کە تا ئێرە ژیانی ئافرەتێکی ڕەنجکێش و ستەمدیدە و گۆشەگیری بۆ گێڕاومەتەوە، پێش ئەوەی درێژە بە مەبەستەکەی بدات دەڵێت: تەنها بیرهێنانەوەیەکی لەناکاو منی لە گێژاو و ترس و بیمی مردن ڕزگار کرد! پێکەوە نامەکەی دەخوێنینەوە:

{... بە بیرهێنانەوە و ئاگاداریەکی لەناکاو ژیانی من گۆڕا و دەستی گرتم و لە گێژاو و ترس و بیمی مردن ڕزگاری کردم. مەسەلەکە بەم شێوەیە بوو، ڕۆژێک دایکی مێردەکەم سەبارەت بە خۆی و گەورەکردنی منداڵەکانی دەدوا، ئەو پێی وتم:

- بۆ من گرنگ نەبوو کە چی ڕوو دەدات و ئەوانە چۆن گەورە دەبن و تەربیەت دەدرێن، بەلای منەوە گرنگ ئەوە بوو، کە ئەوانە هەر ئەو شتانە بن کە دەتوانن ببن، لە هەمان ساتدا جگە لە خۆیان کەسێکی تر نەبن! ئەم ئاگاداری و بیرهێنانەوەی دایکی مێردەکەم کاری خۆی کرد، چونکە کاریگەرییەکی زۆر قووڵی لێ کردم کە نەمدەتوانی بە ئاسانی لە بیری بکەم. گفتەکانی سەرنجی منی بۆ ئەم خاڵە ڕاکێشا کە تەواوی بەدبەختییەکانی من لێرەوە سەرچاوە دەگرێت، کە دەمەوێ بە شێوەیەک خۆم نیشان بدەم کە بۆ من گونجاو نییە. بە بەدەستهێنان و تێگەیشتن لەم خاڵە لە ماوەی شەوێکدا گۆڕانکاریم بەسەر خۆمدا هێنا. لە سەرەتادا هەوڵم دا کەسێتی خۆم بەدەست بهێنم و بیخەمە ژێر چاودێریەوە و بزانم کە چۆن کەسێکم. لە دوای ئەوە بێ دواکەوتن کەوتمە ناسین و دۆزینەوەی ئەو جلوبەرگانەی کە لەگەڵ جەستەی مندا دەگونجێن و گونجاون. لە ڕۆژی دواییدا لە بیری دۆزینەوە و پەیدا کردنی دۆستی شیاو و گونجاودا بووم بە ئاگایی و شێوەی ژیانی خۆم.

هەنگاوی یەکەمم پەیوەندیم بە کۆمەڵێکەوە کرد، کە ژمارەیان زۆر کەم بوو، هیچ لە بیری ناکەم دانیشتنی یەکەم، کە بڕیار بوو بۆ ئەندامانی ئەو کۆمەڵە وتار بدەم، زۆر دەترسام، بەڵام دانیشتنی یەکەم زۆر بە باشی هەتا لەسەرو ئەوەوە کە من چاوەڕوانیم دەکرد بەڕێوە چوو. هەر جارێک کە وتارم دەدا حاڵم باشتر دەبوو.

هەڵبەتە تا کاتێ نەگەیشتبووم بە شوێنی مەبەست و خوازراو کاتێکی زۆرم لەدەست دا، بەڵام ئێستا قایلم، چونکە ئێستا گەشتومەتە جێگەیەک کە لە خەونیشدا وێناکردنی بۆ من ئاسان نەبوو، کە بتوانم بە خۆشی و کامەرانی بگەم .لە پەروەردەکردنی منداڵەکانیشمدا هەوڵ دەدەم ئەو وانەیەی کە خۆم فێری بووم و کارپێکردن و پراکتیزەکردنی بۆ من سودمەند بوو ئەوانیشی لەسەر ڕابێنم. بیر مەکەنەوە کە چی دێتە پێش و چی ڕوو دەدات، بەڵکوو خۆتان چۆنن هەر بەو شێوەیە بن! بە ئومێدی سەرکەوتن بۆ هەموو ئەو کەسانەی کە بۆ ناسینی خۆیان هەوڵ دەدەن...} ادیت ادلر

نامەی خانمی ئادلر بە خەفەتباری دەستی پێ کرد و بە خۆشی و شادی کۆتایی هات. بەڵام خراپ نییە دەربارەی ناسینی کەسێتی خۆت ڕۆبچیتە ناخی خۆتەوە.

با بۆچوونی دکتۆر "جمس گوردن گیکلی" بێنینەوە یادی خۆمان:

خۆناسین پێشینەیەکی دووروردرێژی بە ئەندازەی مێژووی مرۆڤایەتی هەیە و لەگەڵ ژیانی مرۆڤدا دەست پێ دەکات. مرۆڤ بەبێ خۆناسین مرۆڤایەتی نەناسیوە. یەکێک لە فەیلەسووفەکان و خاوەن بیرورِا و بۆچوون و داناکانی ڕۆژهەلاتیش دەڵێت: خۆت بناسە تا خوای خۆت بناسی! نووسەرێک کە سیانزە کتێب و سەدەها ڕیپۆرتاژی لە بواری پەروەردەکردنی منداڵاندا نووسیوە، دەڵێت: بێچارەترین مرۆڤ، کەسێکە کە بیەوێ چ لە ڕووی ڕۆحی و

ج له رووی جهستهییهوه خۆی به شێوهیهک پیشان بدات که بهو شێوهیه نییه.

باش وایه بزانیت که مهیل بوون به لای لاساییکردنهوهدا زیاتر له هەموو شوێنێ له "هولیود" باو و بڵاوه.

" سام و ود"، که یهکێک له بهناوبانگترین دهرهێنهرهکانی هولیوده که رووبهڕووبوونهوه لهگەڵ لاساییکردنهوهکهدا به یهکێک له پڕ دهردهسهریترین کارهکانی دهزانێت.

ئهو ههمیشه بهو هونهرپیشانهی دهوت که له ریگهی لاساییکردنهوهدا ههنگاو ههڵدهگرن: (خۆتان چۆنن بهو شێوهیه بن.)

ئهو دهڵێت:

- ههموان دهیانهوێ وهک "کلارگ گیبل" یا "لاناترنر" بن، له کاتێکدا که من به ئهوانه ئهڵێم: خهڵکی چێژی "کلارگ گیبل" و "لاناترنر"یان چێژتووه، ئێستا خوازیاری کهسانێکن که به شێوهیهکی تر بن

- "سام ود" پێش له دهرهێنانی فلیمی بهناوبانگی (زهنگهکان)، سالانه به کاری ترهوه سهرگهرم بوو، ذهڵێت:

- لاساییکردنهوه، تهنها به ئهستێرهکانی سینهما سنوور دار نابێت، من له کارهکانی تردا و له رووبهڕووبوونهوهم لهگەڵ کهسانێکی سادهشدا جهختم لهسهر بنهڕهتی وهک خۆبوون کردۆتهوه.

ناچارکردن و فشار خستنه سهر کهسانێک که دهیانهوێت وهک خۆیان نهبن یهکێکه له ڕێگاکانی رووبهڕووبوونهوه لهگەڵ خو و نهریتی باو و زیندوو. ئهگهر سهرکهوتوو نهبم، کهسێک پابهند و ڕازی بکهم که خۆی بێت له کارکردن لهگەڵیدا چاوپۆشی دهکهم.

له کۆتاییدا له بهڕێوهبهری ئیدارهی مهرکهزی کۆمپانیای نهوتی دانیشتوانی "واکیوم" پرسی:

- گەورەترین هەڵەی کەسانێک کە بۆ بەرجەستەکردنی کار و ڕێگریکردن لە کارێ کە زانیاریان لە بارەیەوە نییە، دێنە لای تۆ چییە؟

ئەم کەسە کە چەندێک لەمەوپێش لەگەڵ زیاتر لە شەست هەزار نەفەر داواکاری بەدەستهێنانی کاردا پەیوەندی هەبووە، کتێبێکی لەژێر ناونیشانی شەش ڕێگە بۆ کار نووسیوە، لە وەڵامی مندا وتی:

- .گەورەترین هەڵەی ئەوانە ئەوەیە کە نایانەوێ خۆیان چۆنن بەو شێوەیە خۆیان پیشان بدەن، لەجیاتی ئەوەی بە ساف و سادەیی لەگەڵ خەڵکیدا بدوێن، هەوڵ دەدەن سەبارەت بە شتانێک بدوێن کە زۆر دوورە لە خۆیانەوە، تەنها بۆ ئەوەی سەرنجی بەرامبەری پێ ڕاکێشێت ئەم کارەش بێ ئەنجامە، چونکە هیچ کەسێک لە ڕیاکاری و کەسانی دووڕوو خۆشی نایەت و کەسیش ئامادە نییە بە دراوی قەڵب قایل بێت.

"کاس دالی"، کە کچی کاربەدەستێکی ڕێنمایی بوو، دوای زەجرێکی زۆر و گاڵتەجاڕی بوون تێگەیشت کە ئەگەر وەک خۆی نەبێ لە بەرژەوەندی ئەودا نییە و کاتێ بوو بە خۆی گەیشت بە لوتکەی سەرکەوتن.

"کاس دالی" بە ئاگاداربوون بە دەنگخۆشی و لێهاتوویی و بەردەوامی زۆر، ئارەزووی هەبوو ببێت بە گۆرانیبێژ، بەڵام دەم گەورەیی و ناڕێکوپێکی ددانەکانی و دەرچوونیان بۆ پێشەوە بوونە ڕێگری. ئەو لە یەکەمین کۆنسێرتیدا کە دەیویست لە یەکێک لە هۆڵەکانی "نیوجرسی" گۆرانی بڵێت، هەوڵی دا لێوی سەرەوەی بە شێوەیەک بێنێتە خوارەوە تا ناڕێکوپێکی ددانەکانی داپۆشێت، بەڵام بوو بەهۆی ئەوەی کە ببێتە گاڵتەچی بینەران. لە نێوان کارمەندانی هۆڵەکەدا پیاوێک بوو بە بیستنی دەنگی "کاس دالی" پەی بە لێهاتوویی برد و بە کێشەکەشی زانی.

ئەو پیاوە دوای پێشکەشکردنی بەرنامەکە ڕۆشت بۆ لای "کاس دالی" و پێی وت:

- لە تەواوی ئەو ماوەیەی کە گۆرانیت دەوت چاودێری تۆ بووم، تێگەیشتم کە دەتەوێ شتێک حەشار بدەی! تۆ لەبەر ئەوەی ددانەکانت ڕێکوپێک نین شەرمەزاری؟

"کاس دالی" دەست و پێی خۆی ون کرد و تا ویستی قسە بکات، پیاوەکە وتی:

- مەبەستت لەم کارە چییە؟ مەگەر بوونی ددانی ناڕێکوپێک تاوانێکی گەورەیە؟ لەمەودوا هەوڵ مەدە بیشاریتەوە، دەمت بکەرەوە و دڵنیا بە بینەران لەبەر ئەوەی مرۆڤێکی شەرمن نیت خۆشیان دەوێیت و پەیوەندیت لەگەڵ دەبەستن. بۆی هەیە ئەو ددانانەی کە تۆ دەتەوێ بیانشاریتەوە ببێتە مایەی سەرکەوتنت! "کاس دالی"، ئامۆژگاری پیاوەکەی خستە کار و ئەنجامەکەشی هەر ئەوە بوو کە پیاوەکە وتی. لەوەبەدوا "کاس دالی" ناڕێکوپێکی ددانەکانی و دەرچوونیان بۆ پێشەوەی لەبیر کرد. کاتێ دەچووە سەر مەنەسە تەواوی بیری لای سەرنجی بینەران بوو. دەمی بە گوێرەی پێویست دەکردەوە و بە ڕاحەت گۆرانی دەوت. ئەو ئەوەندە پێشرەوی کرد تا بوو بە پێشەوای ئەستێرەکانی ڕادیۆ و سینەما و ساڵەهای ساڵ هونەرپیشە هەزەلییەکان لە هەوڵی ئەوەدا بوون لاسایی بکەنەوە.

کاتێ "ولیام جیمز" بە ڕاشکاوانە ڕایگەیاند کە مرۆڤی ئاسایی تەنها 1/10 لە لێهاتوویی و توانای فکری خۆی دەخاتە کارەوە. لەو زەمانەدا بۆچوون وا بوو کە "ولیام جیمز" ڕەشبینە بەرامبەر بە ژیان و مرۆڤ، بەڵام لە دوایدا دەرکەوت کە وا نییە، ئەو مافی خۆیەتی کە بنووسێت: (ئێمە نیوەیەک لە خەون و نیوەیەک لە ڕاستی بەسەر دەبەین. ئەگەر بمانەوێت بەراوردی خۆمان بکەین لەگەڵ ئەوەی کە دەبێ ببین، دەگەینە ئەو ئەنجامەی کە ڕازی بووین لەسەروو

ئەوەوەی کە هەیـن خۆمـان نیشـان بـدەین. ئـێمە بەشـێکی بچـووکی توانـای خۆمـان خسـتووەتە بـواری کـارەوە. سـنووری هەڵبژاردنـی مرۆڤ بۆ سوودوەرگرتن لە جەستە و فکری خۆی ئەوەندە فراوانە کە دەتـوانرێ بە بێسـنوور لە قەڵەم بـدرێت. مـرۆڤ ئەمـڕۆ هێشـتا نەیتوانیوە تەواوی ئەوەی کە دەبێت ببێت و دەتوانێت ببێت بەدەسـت بێنێ. هۆیـەکەی ئەوەیە کـە بەدەسـتنەهێنانیش قـانع بـوونە. مـرۆڤ بە بڕێـک لە کـامەرانی وا دەزانـێ بەسـە بـۆی و قەنـاعەت دەکـات و گەنجینـەی بێسـنووری لێهـاتووی جەسـتەیی و ڕۆحـی خـۆی بەبـێ بەکارهێنان دەهێڵێتەوە).

من و تۆیش لە دەرەوەی بازنەی ئەم بۆچوونە نین. ئێمەیش ئەم هێز و توانـا گەورەیەمـان هەیە و باشـتر وایە ئەم ئەندێشـە هەڵەیە کە وەک کەسانی تر نین و شتێکمان لە وان کەمترە لە مێشکی خۆمـانی دوور بخەینەوە.

لە سـەرەتای دروسـتبوونی مرۆڤدا تـا ئێسـتا تـۆ تەنهـا یەک نەفەر بوویـــت و هەیـــت و هاوتایەکـــت نیـــیە کە بە تەواوی لە هەمـــوو ڕوانگەیەکەوە لە تۆ بچێت و تا دنیـاش مـاوە مرۆڤێک نـایەتە بـوونەوە کە 100% لە هەمـوو ڕوانـگەیەکەوە وەک تـۆ وا بێـت. بـۆ سـەلماندنی ئەمەش باشـتر وایە پەنـا بـبەنە بەر زاناکـانی بـایۆلۆجی و زانسـتی بۆهێڵەکان (جین) بۆ ئەوەی دوودڵ نەبین.

هەر مرۆڤێـک لە یەککگرتنـی 24 کرۆمۆسـۆم لە لایەن بـاوک و 24 کرۆمۆسـۆم لە لایەن دایـکەوە دێـتە بـوونەوە. ئەم 48 کرۆمۆسـۆمە تەواوی ئەو تایبەتمەندیانەی تێدایە کە لە دایک و باوکدا هەن. لە هەر کرۆمۆسـۆمێکدا سـەدەها بـۆهێلا هەیە، کە هەر بۆهێڵێـک بە تەنهـایی دەتوانێت ڕێڕەوی ژیـان بگۆڕێت و 100%ـی زانسـتی (بۆمـاوەزانی) تاوتوێ بکەن.

لە ڕوانـــــگەی ئەم دروســــــتبوونەوە لە ڕادەی سەرســــــوڕهێنەر تێـــدەپەڕێت و دەگـــاتە ڕادەی ترســـــناکی. لە ڕوونکـــردنەوەی ئەم مەسەلەیە و بۆ دەرخستنی هۆی جیاوازی مرۆڤەکان و لێکنەچوونیان سەرنجی درێژەی هۆیەکانی (جین) بۆ هێڵەکان بدە.

دوای ئەوەی دایـک و بـاوکم بەیەک گەیشـتن لە نیـوان سـێ سـەد هەزار ملیارد نەفەردا بە خەیاڵیش ناگونجێت و نابێت تەنها دوو برا یا دوو خوشـک هەبـن کە لە هەر ڕوانـگەیەکەوە لە یەکەوە نزیـک بـن و هاوشـێوەی یەک بـن -هەڵبەتە ئەوەش نەک بە شـێوەی 100%- ئەو ژمارەیەی کە باسی لێوە کرا ئەوەندە زۆرە کە تەواوی ئەو مرۆڤانەی لە سەرەتادا هاتوونەتە دنیاوە و مردوون ناگاتە لە دەدا یەکیشی.

بـابەت لەم بـوارە سـەرەتاییەوە تەنهـا بـۆ سەرنجڕاکێشـانی ئێـوە سـەرچاوەی گرتـووە، ئەگەر نـا لەنێـوان ئەو کتێبـانەی کە دانایـان لە بـارەی (بۆمـاوەزانییەوە) نووسـیویانە دەتوانیـت زانیـارییەک وەرگریـت کە وێنەکێشانیشیان دژوارە، بەڵام حەقیقەتی هەیە.

بگەڕێـمەوە بـۆ درێـژەی باســەکەم کە دەربـارەی لاســاییکردنەوە دەدوام، مـــــن بەوپەڕی دڵنیـــــاییەوە دەتـــــوانم ســـــەبارەت بە لاساییکردنەوەی خەڵکی بۆتان بدوێم، چونکە خۆم ئەزموونێکی تاڵ و لە هەمان کاتیشدا بەسوودم لەم بارەیەوە هەیە.

بۆ یەکەم جار کە لە کێڵگەکانی "میسوری" پێم نـایە نـاو نیویـۆرک بە ئامانجی تۆمارکردنی ناو لە هونەرستانی پیشەی هونەر.

بەڵـێ. ئـارەزووم هەبـوو بـبمە هونەرپیشـەیەک، ئەم بیـرۆکەیەم بە ڕێگەی بەدەستهێنانی ناوبانگ و سەرکەوتن دەزانی. لەوە تێپەڕی بـوو بە بۆچوونی مـن هونەرپیشـەیی کـارێکی سـاکار و سـادە بـوو. تەنهـا نەمـدەتوانی تێـبگەم بـۆچی هەزاران مـرۆڤ دەسـتیان لە ئـارەزوو شـۆردووە و تـا ئێسـتا بیریـان لەمە نەکـردووەتەوە. نەخشـەکەم لە

قۆناغی یەکەمدا ئەمە بوو، کە جموجوڵ و هەڵسوکەوتی هونەرپیشە بەناوبانگەکانی ئەو ڕۆژگارە، وەک (ژان دروپ، والتر هامپدن و...هتد) بخوێنمەوە و باشترین جموجووڵ و هەڵسوکەوتی هەر کامیان لاسایی بکەمەوە تا ببمە زانکۆی جموجووڵ و تایبەتمەندیەکانی تەواوی هونەرمەندە بەناوبانگەکان، بەڵام چ بیرۆکەیەکی بەتاڵ و بێ سوود بوو، دەبوایە ساڵانێکی بەسوودم لە تەمەنی خۆم بە لاساییکرنەوەی خەڵکیەوە بە هەدەر بدایە تا تێگەیشتم و گەیشتمە ئەو ڕایەی کە دەبێت خۆم بم و ناتوانم کەسێکی تر بم.

ئەم ئەزموونە پڕ ڕەنج و خەفەتە وانەیەکی هەمیشەیی فێری من کرد، بەڵام من ئەو دەرسە فێر نەبووم، چونکە هەمیشە کەسێکی هەرزانفرۆش بووم و زۆر بە زوویی ئەم ئەزموونەم فەرامۆش کرد، واتە بە بەها و نرخێکی کەمتر ئەو ئەزموونەم لەدەست دا و دووبارە گیرۆدە بووم.

چەند ساڵێک بوو کە بڕیارم دا بوو کتێبێک لە بارەی "یاسای ڕەوانبێژی" بۆ ئەهلی کەسابەت و بازرگانی بنووسم، بۆچوونم وابوو کە تا ئێستا کەس نەیتوانیوە پەی بەم بابەتە ببات. لە نووسینی ئەم کتێبەدا دووچاری هەمان بیرۆکەی هەڵە بووم، کە لە پەنای هونەرپیشەییدا گیرۆدەی بوو بووم.

بە دوای بیرۆکەی ڕاستی نووسەرانی تردا گەڕام و ویستم بەوپەڕی تواناوە هەوڵ بدەم کتێبێک بنووسم کە هەموو بابەتێکی لەخۆ گرتبێت. ئەو کتێبانەی کە لەم بوارەدا بوونیان هەبوو بە هەر زەحمەتێک و ماندووبوونێک بوو بەدەستم هێنا و ساڵێکی تەواوم سەرفی خوێندنەوە و دەرهێنانی یاداشتەکانیان کرد.

دوای ساڵێک زەحمەت و ماندووبوون ئەنجامی کارەکەشم لە هەموو ڕوانگەیەکەوە نەشیاو بوو بۆ ئەندێشەکانی خەڵکی. کتێبەکە ئەوەندە سست و لاواز بوو، کە وا دەزانم هیچ پیشەوەرێک

تاقەتی خوێندنەوەی نەبوو. جارێکی تریش لە هەڵەکانی خۆم بەئاگا بوومەوە و دەستکەوتی زەحمەت و ماندووبوونی ساڵێکم خستە ناو تەنەکەی خۆڵەوە و بۆ جاری دووەم دەستم بە کارەکەم کردەوە، بەڵام ئەم جارەیان بە خۆمم وت: (تۆ ناچاری هەمان دیل کارنگی بیت، هەر ئەو دیل کارنگییەی کە سنووورداری و هەڵەی هەبوو، هەرگیز ناگونجێت و ناتوانیت کەسێکی تر بیت.) سەرەنجام هەر ئەو کارەم کرد و کتێبێکم لەژێر ڕووناکی زانیارییەکان و ئەزموونەکانی خۆم نووسی لە بواری ڕوانبێژی و تەدریسی کە ماوەیەک بوو پێیەوە سەرقاڵ بووم.

لە نووسینی ئەم کتێبەدا هەرگیز وتەی "سر والتر رالی" مامۆستای زانکۆی ئۆکسفۆرد لە بیر ناکەم کە دەیوت:

(من ئامادە نیم و ناتوانم کتێبێک وەک کتێبەکانی شکسپیر بنووسم، بەڵام دەتوانم بە گوێرەی توانا و زانیاری خۆم کتێبێکی لەو جۆرە بەرهەم بێنم). هەوڵ بدەن خۆتان بن و کار بەم پەندە ژیرانەیە بکەن کە" ئاروینگ برلین" مۆسیقازانی ناودار فێری "ژرژ گریشوین"ی کرد.

کاتێ ئەو دوانە بۆ یەکەم جار یەکتریان بینی اورینگ ناوبانگێکی لەڕادەبەدەری هەبوو لە کاتێکدا گریشوین لە "تین پال الی" هەفتەی بە 35 دۆلار کاری دەکرد.

لێهاتوویی و بەردەوامی گریشوین سەرنجی ئاروینگی ڕاکێشا و ئەوی لای خۆی هێشتەوە بە ناونیشانی جێگری خۆی بە سێ بەرامبەری ئەو پارەیەی کە وەریدەگرت لە هەفتەیەکدا. بەڵام هەر لە سەرەتاوە پێی وت:

(... ئەگەر لە منی دەبیستی بەم کارە قایل مەبە، چونکە لەم کاتەدا بۆی هەیە ببیتە "ئاروینگ برلین"ی نمرە دوو، لە کاتێکدا ئەگەر بتەوێت خۆت بیت ڕۆژێک دێت دەبیتە "گریشوین"ی نمرە یەک).

"گریشـوین" کـاری بە پەنـدەکەی کـرد و لە ڕێـگەی بەهێزکردنـی لێهاتوویی و بەردەوامی خۆی هەنگاوی هەڵگرت تا بوو بە یەکێک لە مۆسیقاژەنە بەناوبانگەکانی ئەمەریکا. ئەمە تەنها گریشوین نەبوو کە بە هەڵهـاتن لە لاسـاییکردنەوە بەئەنجـام گەشـت، کەسـانێکی زۆر دەناسم کە لەم ڕێگەیەوە سەرکەوتنیان بەدەست هێنـاوە، لە کاتێکدا کەسانێک کە لاسایی خەڵک دەکەنەوە دەبنە کەسانێکی نمرە دوو نەک نمرە یەک.

" چـارلیس چاپلینـگ" بـۆ یەکەم جـار کە لە فلیمێکـدا دەوری بینـی دەرهێنەرەکە ناچار بوو لاسایی (تەقلید)ی جووڵەی هونەرپیشـەیەکی کۆمیدی ئەڵمانی بکاتەوە، "بوب هوپ"یش بەسەرهاتێکی هاوشێوەی بەسەرهاتی چارلیس چاپلینگی هەیە.

ئەویش ماوەیەکی زۆر سەمای کرد و گۆرانی وت، بەڵام تا کاتێ پاڵی بە داهێنانەکەی خۆیەوە نەدا و پشتی پێ نەبەست بە پەیژەی پێشـڕەوی و سـەرکەوتندا سـەرنەکەوت. زۆرێـک لە هونەرپیشـەکانی سـینەما و ڕادیـۆ و تەلەفزیۆنەکـان کـاری خۆیـان بە لاساییکردنەوەی هونەرپیشە بەناوبانگەکان دەست پێ دەکەن، بەڵام لە کۆتاییدا دەگەنە ئەو ئەنجـامەی کە لە کاتێکدا دەتوانن سـەرکەوتن بەدەست بهێنن کە تەنها خۆیان بن:

لەم دنیـایەدا هەمیشـە شـتی تـازە و نـوێگەری دێـتە کـایەوە. لەو شـتانەی کە بە ئێـوە دراوە قایـل و شـاد و کـامەران بە. لە هەر جێبەجێکردنێکدا ئاگادار بە، کە لە سەرەتادا چی بوویت و ئێستا چیت. باش یا خراپ، گرنگ نییە .ئێوە دەبێت چیمەنی بچووکی ژیانتان بە گوێرەی ئارەزووی خۆتان بڕازێننەوە، باش یا خراپ سازی ژیانی خۆت بژەنیت، نەک لە گەرووی کەسێکی ترەوە گۆرانی بڵێیت.

"ئامرسـون" لە ڕیپۆرتاژێکـدا بە ناونیشـانی "اعتمـاد بـنفس" بڕوابەخۆبوون دەنووسێت: (لە ژیانی مرۆڤدا زەمانێک دێتە پێش کە

تێدەگات کە بەخیلی جۆرێکە لە سەرشێتی و لاساییکردنەوەش جۆرێکە لە خۆ کوژی. مرۆڤ دەبێت دڵی خۆش بکات بەو شتانەی کە هەیەتی، ئەگەرچی سەرانسەری دنیا پڕ لە شتانێکی باش و بەچێژ بێت. مرۆڤ دەبێت بۆچوونی وا نەبێت کە جگە لەوەی ناشتوویەتی دروێنەی بکات.

توانایەک کە لە ناخی هەر مرۆڤێک شاراوەتەوە شتێکی تازەیە لە سروشتدا، جگە لە خودی کەسەکە هیچ کەس نازانێت چ کارێکی لەدەست دێت. جگە لە خودی ئەو کەسە ناتوانێت هەوڵ بۆ کەشفکردن و دۆزینەوەی تواناکەی بدات! بۆ بەهێزکردن و پەروەردەکردنی شێوەی بیرکردنەوە، دەتوانێت ئێمە لە نیگەرانی بە دوور بگرێت و خەیاڵمان ئاسوودە بکات، باشتر وایە کار بەم یاسای کارەی خوارەوە بکەین.

لاسایی کەسانی تر مەکەرەوە، هەوڵ بدە خۆت بناسی و 100% خۆت بیت.

بەندی هەڤدەیەم

لە لیمۆی ترشی خۆت ئاولیمۆیەکی بەتام بگرە! لە یەکێک لەو ڕۆژانەی دەرگیری نووسینی ئەم کتێبە بووم، کە ئێستا تۆ لەبەردەستتدا داتناوە و خەریکی خوێندنەوەیت، ڕێگەم کەوتە زانکۆی "شیکاگۆ".

لە سەرۆکی زانکۆ، "روبرت مانیارد هاپکینز"م پرسی:

- بۆ خۆپاراستن لە نیگەرانی سوود لە چ شێوازێک وەردەگریت؟

سەرۆکی زانکۆ بە خوێنساردی و ئارامی وەڵامی دایەوە و وتی:

- چەندەها ساڵ لەمەوپێش "زولویس روز نوالد" سەرۆکی کۆچکردوی کۆمپانیای "روبوک" پەندێکی پێ بەخشیم، من بە سوودمەندی دەزانم و پەیڕەوی دەکەم!

- دەتوانم منییش ئەو پەندە ببیستم؟ لەوانەیە بۆ منیش بەسوود بێت!

- بۆ من بەسوود بوو، هیوادارم بۆ تۆیش بەسوود بێت، دەتوانی یاداشتی بکەیت! (کاتێ لیمۆیەکی ترشت هەبێت و چرچ بخاتە نێو چاوانت، لەو لیمۆ ترشە ئاوی لیمۆی بەتام بگرە). ئەو ڕاستی دەوت. کاتێ لیمۆی ترش لە دەستی مرۆڤی نەزاندا بێت ئەوا فڕێی دەداتە سووچێکەوە.

ئەو لە دژواری لە کار و حاڵەتێکی نەخوازراودا دەڵێت:

(کار و پیشەم گریان و زارییە، تێکشکاوم، بەخت یاوەرم نییە و ڕووی لێ وەرگێڕاوم.) جنێو بە زەوی و زەمانە دەدات و دووچاری

حەسرەت و پەشیمانی دەبێت، بەڵام هەر هەمان لیمۆی ترش لە دەستی مرۆڤێکی کارا و هۆشمەنددا، شێوەیەکی تر وەردەگرێت. ئەو بە خۆی دەڵێت: (لەم بەدبەختییە دەتوانم چ وانەیەک فێر بم؟ چۆن دەتوانم بوونی خۆم باشتر بکەم، چۆن دەتوانم لەم لیمۆ ترشە ئاو لیمۆیەکی بەتام بگرم؟)

"ئەلفرد ادلر"، دەروونناسی گەورە، کە خوێندنەوەیەکی قووڵ و فراوانی لەسەر سیفەت و هێزی شاراوەی مرۆڤ هەیە، دەڵێت: (سەرسوورهێنەرترین تایبەتمەندی ئینسانی، هێزێکە کە مرۆڤێک بە یارمەتی ئەو دەتوانێت سلبی بۆ ئیجابی بگۆڕێت).

مۆڵەت بدەن بەسەرهاتی ئافرەتێکتان بۆ دەگێڕمەوە کە توانی بە شێوەی شایستە لە هەلومەرجێکی نەخوازراو، هەلومەرجێکی شایستە و خوازراو بێنێتە ئاراوە، ئەم ئافرەتە ناوی "تلما تامپسون"ـە، کە هەر ئێستا لە نیویۆرک ژیان بەسەر دەبات.

ئەم خانمە ئەو داستانەی مەبەستی بوو بەم شێوازە بۆی گێڕامەوە: لە کاتی شەڕدا، لێپرسراوییان دایە دەست مێردەکەم، کە بڕوات بۆ بیابانی "موجاو" لە کالیفۆرنیا و لە ئۆردووگایەکدا، کە لەوێدا مەشق بە سەربازانی نیزامی بکات. بۆ ئەوەی نزیک بە مێردەکەم بم، منیش لەگەڵیدا ڕۆیشتم. بە ئەندازەیەک ڕقم لەو شوێنە بوو کە شایەنی باسکردن نییە. پێش ئەوە پێشینەم نەبوو، کە ئەوەندە ناڕەحەت بوو بووم. مێردەکەمیان بۆ مانۆڕکردن ناردە بیابان و من لە کەلاوەیەکدا، کە بۆ مانەوەمان هەڵمان بژاردبوو بە تەنها مامەوە. هەتا لە سێبەریشدا نەمدەتوانی بەرگەی گەرما بگرم. هاو زمانێکم جگە لە پێستسوورە بومییەکان و مەکسیکییەکان نەبوو کە بەدبەختانە ئینگلیزییان نەدەزانی .بەردەوام ڕەشەبا هەڵی دەکرد، هەوایەکی گەرم. خواردنێک کە دەمخوارد و هەوایەک کە هەناسەم پێ دەدا پڕ بوون لە زیخ، زیخ، زیخ. بە ئەندازەیەک ناڕەحەت و خەمگین بووم نامەیەکم

بۆ دایک و باوکم نووسی و هەواڵم دانێ کە بە زوویی دەگەڕێمەوە. لە نامەکەدا جەختم لەسەر ئەوە کردبووەوە، کە تەنها خولەکێکیش بەرگەی ئەم شوێنە ناگرم. پێشبینی دەکەم کە لە زینداندا بم، بەڵام لێرەدا نەبم! باوکم وەڵامی نامەکەی منی بە دوو دێڕ دایەوە، دوو دێڕ کە هەرگیز لە بیری ناکەم و بە لەبەرچاوگرتنی ژیانی گۆڕیم: دوو زیندانی لە پەنجەرەیەکەوە لە زینداندا سەیری دەرەوەیان دەکرد، یەکێک لەوانە لە چاوگێڕانیدا کەشێکی ئاڵۆز و بۆگەنی بەدی کرد و ئەوی تریان ئەستێرە درەوشاوەکانی نێو ئاسمانی بەدی کرد.

ئەو دوو دێڕەم چەند جارێک خوێندەوە و شەرمەزاری دایگرتم. بڕیارم دا سەیری جوانی و ڕازاوەیی و شتە باشەکانی ئێرە بکەم. دەبێ بە دوای ئەستێرە درەوشاوەکاندا بگەڕێم. لەگەڵ "بومی"یەکانی ئەو ناوچەیە پەیوەندی دۆستایەتیم بەست و لە کاردانەوەی ئەوان سەرسام بووم. کاتێ بەو شتانە ئاشنا بووم کە بە دەسترەنگینی ئەوان دروست کرابوون و نایابترین دروستکراوەکانی خۆیانیان وەک خەڵات بە من بەخشی، لە کاتێکدا کە ئامادە نەبوون بیفرۆشن بە جیهانگەڕەکانیش، بە بێبەرامبەر بە منیان بەخشی.

سەبارەت بە دار و درەخت و گیاندارە بێوێنە و سەرسووڕهێنەرەکانی ئەو ناوچەیە لێکۆڵینەوەم کرد. زیاتر کاتم بە تەماشاکردنی زەردەپەڕی خۆرئاوابوون لە بیابان و کۆکردنەوەی ئەو گوێچکەماسیانەی کە بە ملیۆنەها ساڵ لەمەوپێش واتە کاتێ کە ئەو ئۆقیانووسانە وشکیان کرد و ئەو بیابانەیان دروست کرد، بەسەر دەبرد.

بەڕاست چ شتێک ئەم گۆڕانکاریە بێوێنەیەی لە مندا هێنایە دی؟

بیابانی "موجاو" و خەڵکانی ئێرە نەگۆڕابوون، تەنها من بووم کە گۆڕا بووم. من بووم کە بە گۆڕینی شێوەی بیرکردنەوەی خۆم

حـاڵەتێکی نەخـوازراوم گـۆڕا بـوو بە حـاڵەتێکی خـوازراو لەگەڵ سەرئەنجامێکی شادیبەخش.

بە دۆزینەوەی ئەم دنیا تازەیە ئەوەندە خرۆشام و هاتمە جۆش کە بـوو بە مـایەی ئەوەی کە لەم بـارەیەوە کتێبێـک بنووسـم لەژێـر ناونیشانی "دەستە درەوشاوەکان".لەو زیندانەش کە خۆم بۆ خۆمم دروست کردبوو سەیری دەرەوەم دەکرد و ئەستێرە درەوشاوەکانم دەبینی.

لێرەدا دەبێت ئەوە بهێنمەوە یاد کە خانمی "تلما تامپسون" بۆ دۆزینەوە و کەشفکردنی ڕاستی بەهرەمەند هاتبوو، کە یۆنانییەکان پێنسەد ساڵ پێش لەدایکبوونی مەسیح بەم ڕاستییە گەیشتوون، چونکە لە زانیاری ئەوانەدا ڕستەی خوارەوە بە ڕوونییەکی تەواوەوە دەخـوێنمەوە: لەنێـوان شـتەکاندا بـۆ دۆزیـنەوەی باشـترینیان، دژوارترینیان هەڵبژێرە.

بە شێوازێکی تر دەتوانرێ بوترێ: باشترینی شتەکان گرانبەهاترینی ئەوانەیە.

"هـاری ئامرسـون فوسـدیک" لە سـەدەی بیسـتەم، بـابەتێکی لەم شێوازە ڕوون دەکاتەوە:

شادی و کامەرانی زیاتر دەستکەوتی ئاسانی و ساکاری نییە، بەڵکوو دەستکەوتی سەرکەوتن و زاڵبوونە بەسەر دژواریدا. شادی و کامەرانی کاتێک بەرجەستە دەبێت و دەستدەکەوێت کە زاڵ بیت بەسەر دژوارییەکانی لیمۆی ترشدا و بیگۆڕیت بە ئاولیمۆیەکی بەتام و خوازراو.

چەند ساڵێک لەمەوپێش لە "فلۆریدا" گوێم بۆ بەسەرهاتەکانی جوتیارێک ڕادێرا، کە ئەویش هەنگاوی هەڵگرتبوو بۆ گۆڕینی دژواری

بە شادی و کامەرانی، توانی بووی لە لیمۆی ترشی فاسد و خراپ ئاولیمۆیەکی بەتام و خوازراو دروست بکات.

ئەم پیاوە هەر لە ڕۆژی یەکەمیەوە، کە پێی خستە ناو کێڵگەکەی لە فلۆریدا بە شێوەیەک دووچاری بێزاری بوو، کە زۆری نەما بوو بڕوات و نەگەڕێتەوە. کێڵگەکەی ئەو زەوییەکی مردوو و بچووک بوو هەتا بۆ شوێنی بەرازیش گونجاو نەبوو. جگە لە چەند درەختێکی بەڕووی کورت و ژمارەیەکی زۆر ماری ژەهراوی ڕەنگ زەرد شتێکی تری لێ نەدەبینرا.

ئەم جووتیارە لە بەرامبەر ئەم ناکامیەدا چۆکی دانەدا. بیری کردەوە دەتوانێت لەو مارە ژەهراوییە ڕەنگ زەردانە بەهرەمەند ببێت، هەرواش بوو، ئەو لە سەرەتادا کەوتە بیری بەدەستهێنانی گۆشتی مارەکان و لەقوتوونانیان، دوای ئەوە ژەهری مارە کوشندەکانی دەگرت.

زۆری نەخایاند سالانە زیاد لە بیست هەزار جیهانگەڕ بۆ دیداری ئەو کێڵگە ماراوییە دەڕۆیشتن و تاقیگا زانستییە گەورەکانی جیهان بۆ بەدەستهێنانی دەرمان، سوودێکی زۆریان لەم ژەهرە وەرگرت و لە دروستکردنی دەرماندا بەکاریان هێنا و بەم شێوەیە کڕیارێکی زۆری پەیدا کرد.

جووتیارە سەرکەوتووەکەی ئێمە لە ئێستادا جگە لە بەرهەمهێنانی گۆشتی مار، ژەهرەکەشی بە پارە دەگۆڕییەوە و پێستی مارەکانیشی بە نرخێکی گران دەفرۆشێت. ئەو جانتا و پێڵاوە ئافرەتانەیەی کە لەم جۆرە پێستە دروست کرابوون لە کێڵگەی ئەم جووتیارەدا بە نرخێکی گرانبەها بەو خانمانە دەفرۆشان کە شتی گرانبەهایان دەپۆشی و پەسەندیان دەکرد.

له سەرە ڕێگەی خۆمدا بۆ بینین و سەردانکردنی ئەم جوتیارە، کارتێکی پێست ڕەنگم لە دایرەی پۆستی فلۆریدا کڕی، کە بۆ شانازیکردن بە سەرکەوتوویی ئەم کێڵگە مارلویەوە چاپ کرا بوو.

من شانازییەکی تەواوم دەکرد بەو گەشتە دوابەدوای یەکانەم بۆ گۆشە و کەنارەکانی ئەمەریکا، کە لەگەڵ پیاوان و ئافرەتانێکی زۆردا ئاشنا بووم، کە سەرکەوتوو بوون و تاڵی و ناکامییەکان بە شیرینی و سەرکەوتوویی بگۆڕنەوە و لە سلبیات ئیجابییەکی تەواو فەراهەم بێنن.

" ولیام بولیتو" نووسەری کتێبی دوانزە نەفەر لە بەرامبەر خوداکانیان -کە خودا لێیان خۆش بێت - بیروبۆچوونێکی جوانی دەربڕیوە، کە منیش لەگەڵ بیروبۆچوونەکانیدام.

ئەو دەڵێت: گرنگترین شت لە دنیادا ئەوەیە کە مرۆڤ لە سەرچاوەکانی خۆی سوودمەند و بەهرەمەند بێت، ئەم کارەش لە دەستی کۆمەڵێک کەسانی نەزانیش دێت، ئەوەی گرنگ و بە ئەهمیەتە بەهرەمەندبوونە لە زەرەر و زیان. پێویستی بەهرەمەندبوون لە زیان بەهۆی هۆشمەندییەکی لێوانلێوەوەیە، ئەم هۆشمەندییەش جیاکەرەوەی مرۆڤی ژیر و هۆشیارە لە مرۆڤی نەزان.

" بولیتو" کاتێ ئەم بۆچوونەی ڕاگەیاند کە قاچێکی لە ڕووداوی ڕێگەی ئاسنین قرتا بوو. ئەمە تەنها بولیتو نەبوو و نییە کە بە قاچێکەوە بتوانێت بیروبۆچوونێکی خۆشبەختانە دەربڕێت، من پیاوێک دەناسم کە بە دوو قاچی گۆج و ئیفلیجەوە لەویش سەرکەوتووترە و باشتر توانیویەتی تاڵی ئیفلیجییەکەی بە شیرینی سەرکەوتوویی بگۆڕێت. مۆڵەت بدەن بڵێم کە ئەوم چۆن ناسی: ڕۆژێک لە ئاسانسور (مسعدە)ی میوانخانەیەکی گەورەدا لە "ئاتلانتای جورجیا" پیاوێکم بینی کە لەسەر کورسییەکی پێچکەدار دانیشتبوو. لە کاتێدا هاتە ناو ئاسانسورەکە بە خۆشحاڵییەکی سەرنجراکێشەوە سەلامی

کرد و کاتێ ویستی دابەزێت بە پێکەنینەوە داوای لێبووردنی لێ کردم لەوەی کە جێگەی بە من تەنگ کردووە.

دوای بەئەنجامگەیاندنی کارەکانم، کاتێ گەڕامەوە بۆ میوانخانەکە لای خۆمەوە بیرم کردەوە کە ئەو پیاوە بدۆزمەوە و هۆی خۆشحاڵی و سەرنجڕاکێشییەکەی بپرسم. بە گەڕان و پرسیار ناوەکەیم لە دەفتەری میوانخانەکەدا دۆزییەوە. کە ناوی "بن فرست سون" بوو.

چووم بۆ ژوورەکەی، زۆر خۆشحاڵ بوو کە چووم بۆ سەردانی و بە خۆشحاڵییەوە پێشوازی لێ کردم. دوای ئەوەی مەبەستی سەردانەکەم بۆ ڕوون کردەوە، بە پێکەنینەوە سەرگوزەشتەکەی بۆ گێڕامەوە.

- ساڵی 1929 بوو، بەهۆی بڕینی دارەوە بۆ ئەوەی بتوانم بۆ پەرژینکردنی باخەکەم سوودی لێ ببینم ڕۆشتم بۆ دەرەوەی شار. دارەکانم خستە ناو ئوتۆمبێل و ڕوو بە شار گەڕامەوە. بەهۆی تەکانی ئوتۆمبێلەکەوە چڵێک داری ئەستوور لەناو دارەکاندا خزا و چووە ناو بازنەی سووکانەکەوە. ئەم ڕووداوە کاتێ ڕوویدا کە بە خێرایی لە پێچێکی ترسناک نزیک بوو بوومەوە. بەهۆی بوونی دارەکەوە نەمتوانی سوکانەکە بچەرخێنم و ئوتۆمبێلەکە خۆی کێشا بە تاشەبەردێکدا و بەهۆی ئەو بەرکەوتنەشەوە منی ڕوو بە درەختێک فڕێ دا. دڕکەپەتکی پشتم بە سەختی ئازاری پێگەشت و قاچەکانم ئیفلیج بوون. بیستوچوار ساڵان بووم کە ئەم ڕووداوە ڕوویدا، لەو ساتە بە دواوە ئیتر نەمتوانیوە بە یارمەتی قاچەکانم تەنها هەنگاوێک هەڵگرم.

لێم پرسی کە چۆن توانیت ئەم کارەساتە بە سنگی فراوانەوە وەربگریت و بەرگەی بگریت؟ ئەویش دیسانەوە بە شادمانییەوە لە وەڵامدا وتی: - سەرەتا زۆر نارەحەت و تووڕە بووم، جنێوم بە زەوی و زەمان دەدا، بەڵام دوای ماوەیەک ماندووبووم و گەشتمە

ئەو ئەنجامەی کە بێئارامی جگە لە تاڵی و چەرمەسەری هیچی تری لێ ناوەشێتەوە. بە خۆمم وت: کەسانێک کە بە بینینی من دێن خۆشەویستی دەنوێنن و ڕێزم لێ دەگرن چ پەیوەندییەکیان بە کارەساتەکەمەوە هەیە؟ بۆچی منیش بە خۆشەویستیەوە پێشوازییان لێ نەکەم؟

- ئایا وا دەزانی ئەم کارەساتە بەدبەختی بە بار بۆ هێنای؟

- نەخێر، لەوانەیە بڕواپێکراو نەبێت ئەگەر بڵێم، ئێستا لە ڕوودانی کارەسات لەو قۆناغەی تەمەنمدا توانیم سوودمەند ببم، خۆشحاڵم، چونکە دوای بەسەربردنی دەورەی بێئارامی و خەمۆکی پەنام بردە بەر خوێندنەوە. زیاتریش لایەنگری ئەدەبیات بووم، بەڵام بواری درێژەپێدانیم نەبوو. لە ماوەی چواردە ساڵدا زیاد لە 4000 کتێبم لە بوارە جیاوازەکاندا خوێندەوە. لە ڕێگەی گوێگرتنەوە لە پەندی بەبەها لەگەڵ مۆسیقا ئاشنابووم و ئێستا لەڕادەبەدەر چێژیان لێ وەردەگرم.

- وا دەزانی چ گۆڕانکارییەک لە ژیانی تۆدا هاتووەتە ئاراوە؟

- گەورەترین گۆڕانکاری بوارێک بوو کە بە یارمەتی ئەو توانیم دیدگا و بۆچوونەکانم سەبارەت بە دنیا بگۆڕم، دیدگایەکی نوێ پیشان بدەم! لە دوای ئەو کارەساتە بوو تێگەیشتم زۆرێک لەو شتانەی کە هەوڵم بۆ دەدان، بەهای هەوڵ و ماندووبوونی منیان نەبوو شتە بەبەهاکانیش کە لە ناسینیان نامۆ بووم.

لە ئەنجامی خوێندنەوەدا خاڵە لاوازەکانم قەرەبوو کردەوە. سەرسام نەبیت کە هەر بەم کورسیە پێچکەدارە چوومەتە ناو بەرابەرکێی سیاسەتەوە و هەر لەسەر ئەم کورسییە وتاریشم داوە! من خەڵکیم ناسی و خەڵکانیش منیان ناسی! - من دەزانم، بەڵام حەز دەکەم لە زمانی خۆتانەوە بیبیستم، کە ئێستا کارتان چییە؟

- من، 'بن فرست سون'، 'وەزیری ناوخۆی فەرمانڕوای جۆرجیا'م! خواحافیزیم لێ کرد، بە کورسییە پێچکەدارەکەوە تا دەمی دەرگا لەگەڵم هات. دوای دابڕانم لێی بیرم کردەوە کە مرۆڤ ئەگەر ئیرادە بکات و بیەوێت دەتوانێت بە شوێنێک بگات کە خۆشی باوەڕ نەکات.

مۆڵەت بدەن باسێکی تر کە بڕیار وایە لە پۆلە شەوانەکەمدا بە بەشداربوانی بڵێم بۆ ئێوەیشی باس بکەم! ڕاستتان بوێت ماوەیەکە بۆم دەرکەوتووە، کە کۆمەڵێک لە خوێندکارەکانم لەبەر ئەوەی خوێندنی باڵایان نییە نارەحەتن و گومان دەکەن بەبێ بوونی بڕوانامەی دکتۆرا و هاوشێوەکانی ناتوانن بە هیچ شوێنێک بگەن.

بۆ ئەمە وتارێکی سەرگوزەشتەی 'ئال ئاسمیت'م هەڵبژاردووە، کە سەرەتا پێتان دەناسێنم: 'ئال ئاسمیت' لە خانەوادەیەکی فەقیرەوە هاتووەتە دنیاوە، خانەوادەیەکی ئەوەندە فەقیر کە هەتا نەیتوانیوە خوێندنی سەرەتایی تەواو بکات. کاتێ باوکی مرد دۆستەکانی پارەیان کۆکردەوە تا تابوتی بۆ بکڕن.

لە دوای مردنی باوکی، دایکی 'ئال ئاسمیت' ڕۆژی دە کاتژمێر لە کارخانەیەکی دروستکردنی چەتر کاری دەکرد و زۆربەی کاتەکان ماوەی کارەکەی دەهێنایەوە بۆ ماڵەوە و تا نیوەشەو بێ وەستان کاری دەکرد. 'ئال ئاسمیت' لە وەها حاڵەتێکدا گەورە بووبوو، جارێک داوای پێشکەش کردبوو لە نمایشێکدا کە لە یەکێ لە تەلارەکانی کڵێسادا بەڕێوە دەچوو، بەشداری کرد. ئەو بە ئەندازەیەک پەیوەست بوو بە پیشەی هونەرەوە، کە بڕیاری دا هونەری وتاردان و ڕەوانبێژی لە خزمەت کۆمەڵێکدا فێر ببێت.

ئەم حەز و ئاوات و پەیوەستییە ڕوو بە سیاسەت پەلکێشی کرد. تەمەنی سی ساڵ بوو کە بە ئەندامی کۆنگرەی فەرمانڕەوایی نیویۆرک وەرگیرا. ئەو بۆ وەها کارێکی گرنگ ئامادە نەبوو لەبەر

ئەوە ترسا بوو کە دەبێ چی بکات. هەتا جارێکیان لە خۆیم بیست کە دەیوت: (هەرگیز نەمدەزانی واتای پلەوپایە چییە! تابلۆی دووروودرێژ و ئاڵۆزم دەخوێندەوە، کە دەبوایە دەنگم پێ بدانایە، بەڵام سەرم لە شتێک دەرنەچوو، کاتێ بووم بە ئەندامی کۆمیسیۆنی جەنگەڵەکان گێژ بووم کە دەبێ چی بکەم، چونکە تا ئەو کاتە نەچووبوومە ناو جەنگەڵەوە. کاتێ بووم بە ئەندامی کۆمیسیۆنی بانک بە شێوەیەک دەستوپێم ون کردبوو کە مەڵێ و مەپرسە، ئاخر تا ئەو ڕۆژە هەتا حسابێکیشم لە بانکدا نەکردبووەوە! باوەڕ بکەن ئەگەر لە دانپێدانان بە تێکشکانی خۆم لە بەرامبەر دایکمدا کە ئەو هەموو زەحمەتەی کێشا بوو شەرمم نەدەکرد لە ئەندامی کۆنگرەی فەرمانڕەوایی پاشگەز دەبوومەوە).

" ئال ئاسمیت" دوای ئەو نەهامەتی و مەینەتییە کە تووشی بووبوو بەهۆی نەزانینەوە بڕیاری دا بە هەوڵ و ڕەنج، خۆی بە قۆناغی زانین و زۆرزانین بگەیەنێت. واتە یەکە یەکەی سلبییەکان بە ئیجابیات بگۆڕێتەوە. ئەو بۆ گۆڕینی لیمۆی ترشی خۆی بە ئاولیمۆیەکی بەتام ڕۆژانە شانزە کاتژمێر خۆی سەرقاڵی خوێندنەوە دەکرد.

جێبەجێکردنی ئەم ڕەوشە "ئال ئاسمیت"ی لە نەخوێندەوارییەوە و لە قۆناغی بەئەندامبوون لە کۆنگرەوە گەیاندە پلە و پایەیەکی میللی سەرکەوتوو. کاری ئەو بە ئەندازەیەک پەرەی سەندبوو کە "نیویۆرک تایمز" ئەم کەسەی بە خۆشەویستترین کەسی نیویۆرک ناساند و لەقەڵەم دا. "ئال ئاسمیت" دوای دە ساڵ خوێندنی بەرنامەی سیاسەتی لە لای خۆیەوە دەست پێ کردبوو و بوو بە یەکێک لە کەسایەتییە ناودارەکانی شاری نیویۆرک.

ئەو لە چوار دەورەی فەرمانڕەوایی خۆیدا لە شاری نیویۆرک کاندید کرا. ئەم سەرکەوتنەش تا ئێستا واتە تا کاتی دەرچوونی ئەم کتێبە هیچ کەسێک بەدەستی نەهێناوە. ئەو لە ساڵی 1928 لە لایەن

دیموکراتیەکانەوە بۆ سەرۆکایەتی ئەمەریکا کاندید کرا. چەندین زانکۆی گەورەی ئەمەریکا لە کۆمەڵەی زانکۆکانی کۆڵۆمبیا و هاروارد نمرەی شانازیان بەو کەڵە پیاوە بەخشی لەگەڵ ئەوەی کە خوێندنی سەرەتاییشی تەواو نەکردبوو.

من لە زمانی "ئال ئاسمیت" بیستم کە دەیوت:

- ئەگەر رۆژی شانزە کاتژمێر سەرقاڵی خوێندنەوە نەبوومایە، بێگومان نەمدەتوانی سلبیاتەکانی ژیان بە ئیجابی بگۆڕمەوە و ئەم سەرکەوتنە بە دەست بهێنم، ئێستا، من کە مرۆڤێکی لەڕادەبەدەر بەهۆش نیم و توانیومە ئەم کارە بە ئەنجام بگەیەنم، چۆن خەڵکانی تر ناتوانن؟ تەنها هیمەت و هەوڵی دەوێ.

یاسای نیچە بۆ گەورە پیاوان ئەمە بوو: لە کاتی پێویستیدا نەک تەنها پێشوازی لە کێشە و ئاستەنگەکان بکە و پێیان قایل بە، بەڵکوو ئەوانیشت خۆش بوێت! " ولیام جیمز" لەم ڕوانگەیەوە دەڵێت: نەخۆشی و نەدارییەکانی ئێمەیش دەتوانن هاریکاریمان بکەن بە شێوەک کە چاوەڕوانی ناکەین! لەوانەیە ئەگەر "میلتۆن" نابینا نەبووایە هەڵبەستێکی قووڵ و لێوانلێو لە هەستی دەرنەبڕیایە و ئەگەر "بتهوون" کەڕ نەبوایە ئاهەنگێکی ئەوەندە ڕۆح نەواز و دڵفڕێنی نەدەخولقاند.

"هلن کلر" بەهۆی زاڵبوون بەسەر کوێری و کەڕیدا بەم پایەیە گەیشت. بەڕاست ئەگەر "چایکوفسکی" دووچاری ئەو زەواجە نەگونجاوە نەدەبوو کە ئەوی تا لێواری مەرگ و خۆکوژی ڕاکێشا، چۆن دەیتوانی سەمفۆنیای "پاتنیک" کە لێوانلێوە لە خەفەت و هەست، ڕەقی و توانی هونەری دروست بکات؟

گومان ناکەم ئەگەر "داستایوڤیسکی و تولستوی" ژیانێکی ئارام و هێمنیان هەبووایە بیانتوانیایە شاکاری گەورەی لەڕادەبەدەر بەدی

بێنن. داروین، دانیشمەندێک کە ئەمڕۆ بۆچوونەکانی سەبارەت بە بوونەوەر گەیاندە ئاستێک کە ڕوونکردنەوەی بەکورتی گونجاو نییە، خۆی دەڵێت: (ئەگەر بەو ئەندازەیە لاواز و بێتوانا نەدەبووم کە بۆ پاراستنی بوونەوەر خۆم ناچار بکەم بە هەوڵدان هەرگیز لە بەئەنجامگەیاندنی ئەم هەمووە کارەدا سەرکەوتوو نەدەبووم).

"ابراهام لینکلن"، ڕووخسارێکی کەم وێنەی مێژووی ئەمەریکا، ئەگەر لە خانەوادەیەکی فەقیر نەدەهاتە دنیاوە و لەباتی ئەوەی لە کەلاوەیەکی دارین لە جەنگەڵی "کنتاکی" لەدایک ببێت لە کۆشکێکی شکۆداردا دەهاتە دنیاوە، لەوانەیە هەر ئەوەندە بیتوانیایە لە زانکۆیەکدا بڕوانامەیەک بەدەست بهێنێ و بە سەروەت و سامانی خانەوادەکەیەوە شانازی بکات، بەڵام ئەزموونی فەقیری و ئاڵۆزی ئەوی بە پایەیەک گەیاند کە کاتێ لە پلەی سەرۆککۆماریدا بوو، وتی: (ڕەنج و نەهامەتی بۆ خۆت هەڵبژێرە و ئاسوودەیی بۆ هەمووان.)

"هاری ئامرسون" لە کتێبێکیدا بە ناوی (توانای بەدیکردنی ڕاستی)دا دەڵێت:

هەڵکردنی (با)کانی باکوورە، کە دەبێتە هۆی جووڵەی کەشتییەکان.

ڕۆژهەڵاتییەکان پەندێکی جوانیان هەیە کە دەڵێت:

(گوڵی بێ دڕک بوونی نییە.)

ئەگەر لە حاڵەتێکدای کە وا دەزانیت هەوڵدان و تێکۆشان ناتوانێت لیمۆی ترشی تۆ بە ئاولیمۆیەکی بەتام بگۆڕێتەوە، دەست لە هەوڵ و تێکۆشان هەڵمەگرە، لەبەر دوو هۆکار هەرگیز ئەنجامی هەوڵدان سلبی نییە:

هۆکاری یەکەم: ئەگەری سەرکەوتن هەمیشە بوونی هەیە، کۆتایی نائومێدییەکان ئومێدە، کۆتایی شەوە تاریکەکان ڕۆژی ڕووناکە.

هۆکاری دووەم: ئەگەر هەوڵمان دا و سەرکەوتوو نەبووین، بە لایەنی کەمەوە هیچ نەبێ لە ئەنجامی هەوڵەکانماندا سلبییەکانمان دەناسین و ئەگەری ڕووبەڕووبوونەوەمان لەگەڵ سلبییەکی تردا لەناو بردووە، کە لە ڕاستیدا پێش لە ڕوودانی سلبییە دوابەوایەکەکانمان گۆڕیوەتەوە بە ئیجابیات، لە لایەکی ترەوە هەوڵ و بیروبۆچوون بۆ دۆزینەوەی ڕێگەچارە دەبێتە هۆی ئازادکردنی هێزە دروستبووەکان و جێگەیەک بۆ بەداخبوون و خەفەتخواردن سەبارەت بە ڕابردووەکان ناهێڵێتەوە.

کاتێ "ئاولیول" کەمانچەژەنی ناودار لە پاریس سەرگەرمی کاری هونەری بوو، یەکێک لە سیمەکانی کەمانچەکە پچڕا، ئەو بەبێ دڵەڕاوکێ بە سێ سیمەوە کۆنسێرتەکەی بەڕێوە برد و گەیاندییە کۆتایی.

لەوانەیە لەم دیدگاوەیە کە ئامرسون دەڵێت: (کاتێ کە لە ژیاندا یەکێ لە سیمەکانی کەمانچەکەتان پچڕا، ئاهەنگەکەی خۆتان بەو سێ سیمەی کە ماوەتەوە بەڕێ بکەن). ئەگەر دەمتوانی وتەکانی "ولیام بولیتو"م لەسەر تابلۆیەک دەنەخشاند و دەموت لەسەر دیواری قوتابخانەکان ئاوێزانی بکەن: گرنگترین شت لە دنیادا ئەوەیە کە مرۆڤ لە سەرچاوەکانی خۆی سوودمەند و بەهرەمەند بێت، ئەم کارەش لە دەستی کۆمەڵێک کەسانی نەزانیش دێت، ئەوەی گرنگ و بەئەهمییەتە بەهرەمەندبوونە لە زەرەر و زیان. پێویستی بەهرەمەندبوون لە زیان بەهۆی هۆشمەندییەکی لێوانلێوەوەیە، ئەم هۆشمەندییەش جیاکەرەوەی مرۆڤی ژیر و هۆشیارە لە مرۆڤی نەزان. بە کۆتاییهاتنی ئەم لایەنە بۆ پەروەردەکردن و بەهێزکردنی شێوەی بیرکردنەوە، کە کامەرانی و ئاسوودەیی دێنێتە ئاراوە.

با یاسای کاری خوارەوە جێبەجێ بکەین: هەوڵ بدەین لە هەر لیمۆیەکی ترش کە شتێک بمانەوێ و نەمانەوێ بوو بە بەشمان،

ئاولیمۆیەکی بەتام و خوازراو دروست بکەین! دەست لە هەوڵدان هەڵنەگرین تا سەرکەوتوو بین!

بەندی هەژدەیەم

دەرمانی نائومێدی و ڕەشبینی لە چواردە ڕۆژدا

زەمانێک کە مەبەستم بوو دەست بەم نووسینە بکەم، خەڵاتێکی دووسەد دۆلاریم بۆ کەسێک دابین کردبوو کە باشترین و کاریگەرترین داستانم بۆ بنووسێت لەسەر بنەمای ڕووداوە ڕاستەقینەکان، سەبارەت بە لابرنی نیگەرانی یان سەرکەوتن بەسەر نیگەرانیدا. دادوەرانی ئەم پێشبڕکێیە پێکهاتبوون لە "سەرۆکی زانکۆی ادی ریکن بیکر، بەڕێوەبەری هێڵە هەواییەکانی ڕۆژهەڵات و کالتن بوران ڕاڤەکاری ناسراوی ڕادیۆ "لە نێوان داستانە گەشتووەکاندا تەنها دوو داستانیان بە شێوەیەکی سەرنجڕاکێش و گرنگ داڕێژرابوون کە دادوەران نەیانتوانی فەزڵی یەکێکیان بەسەر ئەوی تریاندا بدەن، بە ناچاری خەڵاتەکەیان بەسەر هەردوو لادا بە یەکسانی دابەش کرد. ئەو داستانەی کە لە خوارەوە دەیخوێنیتەوە لە لایەن "بورتون"ـەوە نووسراوە و بە بڕوای من دەتوانێت براوەی خەڵاتی یەکەم بێت، ئەگەر چی لە خەڵاتەکەدا هاوبەش بوو: لە نۆ ساڵیدا چێژی بێ دایکیم چەشت، کە چەندە تاڵ بوو. دایکبوون و بێ دایکبوون! دوانزە ساڵان بووم کە باوکم مرد، باوکم کوژرا بوو. سێ ساڵ دەبوو کە دایکم لەگەڵ دوو خوشکمدا بەبێ هەواڵ لە ماڵ ڕۆشتبوون کە باوکم کوژرا دەبوایە من بە تەنها و بێ پەناگەیەک ژیانم بەڕێ بکردایە. حەوت ساڵ دوای مەرگی باوکم دایکی ونبووم نامەیەکی بۆ نووسیم .تا ئەو کاتە هەواڵێکم لێی نەبوو، نەمدەزانی دایکم هەیە یان نا! سەرەتا سەبارەت بە باوکم دەدوێم: سێ ساڵ

بەسەر ڕۆیشتنی دایکمدا تێدەپەڕی کە ئەو کارەساتە ڕوویدا و من هەتیو کەوتم. لە ماوەی ڕۆیشتنی دایکم لە ماڵی باوکم بە شەریکی نەفەرێک چێشتخانەیەکی کڕی بوو، لە ڕێگەی بەڕێوەبردنیەوە ژیانی ئێمەی بەڕێ دەکرد .لە سەفەرێکدا کە بۆ باوکم پێش هات شەریکەکەی بە هەلی زانی و چێشتخانەکەی فرۆشت و هەڵهات. یەکێ لە دۆستەکانی باوکم کە شوێنی ئەوی نەدەزانی بە تەلەفون هەواڵی دایە کە زۆر بە زوویی بگەڕێتەوە. پەلەی ئەو بۆ گەڕانەوە بووە هۆی ئەوەی کە نەتوانێت بە هۆشمەندییەوە شۆفێری بکات و لە ڕێگەی گەڕانەوەدا بە کارەساتێکی دڵتەزێنی ئوتومبێل گیانی خۆی لەدەست دا.

من، کوڕێکی بچووکی دوانزە ساڵان مابوومەوە لەگەڵ دنیای پڕ لە خەم و خەفەت و لە هەمووی گرنگتر بێ پەنایی. نە باوکێک بوو کە پارێزگاریم لێ بکات و نە دایکێک کە فرمێسکەکانی سەر گۆنای منداڵێکی هەتیو بسڕێت. جگە لەم کێشە و ئاستەنگانە کێشە و ئاستەنگی تریش هەبوو .من دەبوایە سەرپەرشتی دوو برای تریشم بکردایە، بەڵام چۆنچۆنی؟ ڕۆژگارێکی دژوار بوو، تەنها و بێ پەنا، بێ پەنا و لە هەمان کاتدا یاوەر و پەناگەی دوو برای بچووکتر.

لێرەدا بوو کە دوو پووری پیر و نەخۆش و فەقیر گەشتنە فریای ئێمە .ئەوان سێ برازای خۆیان بردەوە بۆ ماڵەوە تا سەرپەرشتی و چاودێریان بکەن، بەڵام لە ماڵی پوورە فەقیرەکانمدا پەراوێز خرابووین، ئەنجامەکەی ئەوە بوو کە لە شاردا ئاوارە بووین و دەبوایە بە هەر شێوەیەک بوایە لە بێ پەناییدا چاودێری یەکتر بین.

لەوە دەترساین وەک منداڵی هەتیو لە قەڵەممان بدەن و وەک منداڵی هەتیو هەڵسوکەوت و ڕەفتارمان لەگەڵ بکەن کە سەرئەنجامیش هەر وا بوو. من بۆ ژیان پەنام بردبووە بەر خانەوادەیەکی فەقیر و بێکاری پیاوی ماڵەکە، بووە هۆی بڕینی

خەرجی من و پیاو و خانمی "لافتین" بردیانمە کێڵگەیەک کە پانزە میل لە شارەوە دوور بوو تا پارێزگاریم لێ بکەن.

"ئاغا لافتین" کە حەفتا ساڵ بوو، نەخۆش و پەککەوتە بوو، پێی وتم تا کاتێ کە درۆ نەکەم، دزی نەکەم و گوێڕایەڵی فەرمانەکانی بم دەتوانم لێرەدا ژیان بەسەر بەرم. ئەم سێ دەستوورە بە تەواوی لە ناخمدا هەڵکۆڵران. دوای ماوەیەک چوومە قوتابخانە، بەڵام هەر لە هەفتەی یەکەمدا گەڕامەوە بۆ ماڵەوە، چونکە هاوپۆلەکانم ئازاریان دەدام. بۆ جاری دووەم کە چوومە قوتابخانە خوێندکارەکان بە لووتی گەورەم پێدەکەنین و پێیان دەوتم "هەتیو" و گاڵتەیان پێ دەکردم. ئەوەندە لە ڕەفتاری ئەوان دڵ بە ئازار بووم، دەمویست لەگەڵیاندا بێمە شەڕ بەڵام "ئاغای لافتین" ئامۆژگاری کردم: (کەسێک کە پشت لە شەڕ دەکات لە کەسێک کە ڕووی تێدەکات گەورەتر و لێبووردەترە. باشتر وایە مرۆڤ پشت لە شەڕ بکات تا بە دوایدا بگەڕێت.)

بەهۆی ئامۆژگارییەکانی "ئاغای لافتین"، من لە شەڕکردن دوورەپەرێزیم دەکرد تا ڕۆژێک یەکێک لە مندالە چوختی و بێئەدەبەکان بڕێک لە پاشماوەی مریشکی لە کۆلاندا کردبۆوە و پاشی بە سەر و چاومدا. من زۆر تووڕە بووم و لێدانێکی باشم کرد و داخی خۆمم پێ هەڵڕشت.

ڕۆژێک کڵاوێکی جوانم لەسەر کردبوو کە خانمی لافتین بۆی کڕی بووم کچێکی جوان لە سەری لابردم و پڕی کرد لە ئاو و کردیەوە بە سەرمدا. من هیچ کات لە قوتابخانە نەدەگریام، بەڵام کاتێ دەگەڕامەوە بۆ ماڵەوە هۆن هۆنی گریان بواری نەدەدام. خانمی لافتین بە بینینی ئەم حاڵە جارێک پەندێکی فێر کردم کە تەواوی ناڕەحەتی و نیگەرانییەکانی لەناو برد و دوژمنەکانمی گۆڕی بە دۆست.

خانمی لافتین بە منی وت: (پەیوەندییان لەگەڵ ببەستە و هەوڵ بدە تێبگەیت و بزانی دەتوانی چی بۆ ئەوانە بکەیت کە تۆ نەخەنە گریان و بە تۆ نەڵێن هەتیو).

کارم بە ئامۆژگارییەکەی خانمی لافتین کرد و نەک تەنها لەگەڵ منداڵەکاندا بوومە دۆست، بەڵکوو لە تاقیکردنەوەکانیشدا پلەی یەکەمم بەدەست هێنا.

سەیر لێرەدا بوو هیچ کام لەو منداڵانەی کە لەمەوپێش دوژمنایەتیان دەکردم لە بە یەکەم دەرچوونم ناڕەحەت نەبوون و ئیرەیی و حەسوودیان پێ نەدەبردم، چونکە هاوکاریم دەکردن و ئەوانیش هەوڵیان دەدا قەرەبووی هاوکارییەکانم بکەنەوە.

دوای بەدەستهێنانی خۆشەویستی خەڵکی وەک پیشەی هەمیشەییم هاوکاری هاوپۆلەکانم دەکرد لە نووسینی داڕشتندا و هاوکاری ئەوانەشم دەکرد سەبارەت بەو ڕاهێنانەی کە ئەبوایە لە پۆلدا بنووسرایە.

یەکێ لەو خوێندکارانەی کە لەوانی تر گەورەتر بوو خەجاڵەت و شەرمەزار دەبوو کە بە ماڵەوەیان بڵێت کە من هاوکاری دەکەم، ئەو بە بیانووی ڕاوکردن لە ماڵ دەهاتە دەرەوە و خۆی دەگایاندە کێڵگەکەی "ئاغای لافتین" تا من لە فێرکردنی وانەکانیدا هاوکاری بکەم.

زۆربەی کاتەکانی من سەرفی نووسین و ئەنجامدانی ئەرکەکان و فێرکردنی وانە بە کچان و کوڕانی هاوپۆلم دەبوو و ئەمەش زۆر گرنگ بوو، چونکە یارمەتیدانی ئەوان دەبوویە هۆی ئەوەی کە خۆم باشتر وانەکان فێر ببم.

حاڵی من زۆر خراپ نەبوو تا کاتێ مەرگ تەنگی بە دراوسێکانمان هەڵچنی لەو ناوچەیەدا. دوو جووتیاری پیر لە دراوسێکانمان مردن و پیاوێکیش خێزانەکەی بەجێهێشت و ڕۆیشت .لە وەها حاڵەتێکدا من

مابوومەوە لەگەڵ چوار خانەوادەدا کە خۆمم بە بەرپرس دەزانی تا هاوکاری کۆمەڵێک بێوەژن بکەم. من بە تەواوی هەوڵی خۆمم خستەگەڕ بۆ یارمەتیدان و سەرپەرشتیکردنی ئەو بێوەژنانە.

لە ڕێگەی هاتوچۆی قوتابخانەدا دارم بۆ دەبڕینەوە، مانگاکانم بۆ دەدۆشین و ئاو و ئالیکیشم دەدایە ئاژەڵەکان. ئێستا ئیتر لەباتی وشەی ناشیرین و ئازاردەری خەڵکی نزای خێرم دەبیست و لە لایەن هەموانەوە خۆشەویست بوو بووم. ڕۆژگار بەم شێوەیە تێدەپەڕی و من ناڕازی نەبووم.

لە نێوان ئەو کۆمەڵەدا وەها جێگەیەکم بۆ خۆم کردبوەوە کە کاتێ دوای بەڕێکردنی دەورەیەک لە هێزی دەریایی دەگەڕامەوە بۆ ئێرە زیاد لە دووسەد نەفەر هەر لەو ڕۆژەدا سەردانیان دەکرم. لە نێوان ئەو کۆمەڵەیەدا کەسانێک هەبوون کە بۆ بینینی من نزیکەی سەدوبیست کیلۆمەتریان بڕی بوو. پەیوەستبوونی ئەوانە بە منەوە دوور لە ڕیا بوو. ئەوانە لە ڕاستیدا وەڵامی هاوکارییەکانی منیان دەدایەوە و منیش سەبارەت بەوەی کە هاوکاریم کردبوون، ناڕەحەتی و نیگەرانیم نییە. ئێستا کە ساڵانێکە لەو زەمانە تێدەپەڕێت، ئیتر کەسێک پێم ناڵێت هەتیو و ئازارم نادات.

نووسراوەکەی "س. ر. بورتون" لێرەدا کۆتایی پێ دێت و من لە ڕوونکردنەوەیدا دەتوانم بڵێم: ئافەرین بۆ "بورتون"، کە بە باشی ڕێگەی دۆستایەتی گرتەبەر و دەزانێت چۆن چۆنی بەسەر نیگەرانیەکاندا زاڵ بێت.

خوالێخۆشبوو دکتۆر "لوپ"یش هاوشێوەیەکی وەک "بورتون"بوو. ئەو بیستوسێ ساڵ گیرۆدە بوو بە ئازاری جومگەکانەوە و کاتەکانی لە جێگەدا بەسەر دەبرد. یەکێک لەو کەسانەی کە چەندەها جار سەردانی کردووە و لایەنی وتووێژی بووە لە نامەیەکدا لەم لایەنەوە کە بۆ منی نارد نووسیویەتی:

(... من چەندەها جار پەیوەندیم کردووە بە دکتۆر "لوپ"ـەوە، بەڵام لە تەمەنمدا کەسێکم نەدیوە وەک ئەو بەبەڵێن و دۆستپەروەر بێت و کەسیشـــم نەناســـیوە کە وەک ئەو بە باشـــی لە ژیـــانی بەهرەمەنـــد بووبێت.)

بەڕاسـت ئەم نەخۆشـەی کە لە جێگەدا کەوتـووە چۆن توانیـویەتی ئەوەندە قایل بێت و لە ژیانیدا بەهرەمەند بێت؟ لەوانەیە پێت وا بێت کە بە ڕەخنەگرتن لە خەڵکی و سەرزەنشتکرن بە ئامانج گەیشتبێت؟ نەخێـر، وا نیـیە! کەوایە لەوانەیە ڕەفتـاری میهرەبـانی بـووەتە جێـی سـەرنجی خەڵکـانی تـر و هەمـوان پارێزگاریـان لـێ کـردووە. ئەم بۆچوونەی ئێوەیش ڕاست نییە.

ئێسـتا بۆتـانی بـاس دەکەم، کە ئەو لە چ ڕێـگەیەکەوە خزمەتـی بە خەڵک دەکرد.

دکتۆر "لوپ" دوای کەوتنی لە جێگەدا، نـاو و ناونیشـانی زۆرێک لە نەخۆشــەکانی کـۆ کـردەوە و لە ســەر مێزێـک لە پەنـای خۆیـدا دایـنـا. دوای ئەم کـــارە دەســـتی دایە نووســـینی نـــامەی هیـــوابەخش بـــۆ نەخۆشەکان .ئەم نامانەش هەم دەبووە هۆی سـەرگەرمی بۆ خـۆی و هەم نەخۆشەکانیشـی شـادمان و ئومێـدەوار دەکـرد. ئەو لە ڕاسـتیدا توانی کۆمەڵگەیەک بۆ کەسانی نەخۆش بکاتەوە و بەئاگایان بێنێتەوە و هانیـــان بـــدات بە نووســـین و لە کۆتاییـــدا ســـەرکەوتوو بـــوو لە دامەزراندنی (ئەنجومەنی ئەسیرانی نەخۆشی).

دکتـۆر "لـوپ" هەر لەســەر ئەو جـێگەیە ســاڵانە هەزاروچوارســەد نــامەی دەنووســی و کە مــایەی دڵخۆشــی و شــادمانی بــوون بــۆ نەخۆشـان و لە لایەن ڕادیـۆ و کتێب و گۆڤـار و ڕۆژنامەکـانەوە بڵاو دەکرانەوە.

بەڕاست جیاوازی دکتۆر لوپ لەگەڵ کەسانی تردا چی بوو؟

ئەو لەگەڵ کەسانی تردا جیاوازی نەبوو تەنها هەستی دەکرد کە لە ژیاندا ئامانجێکی هەیە بە ئەرکی سەرشانی خۆی دەزانی بەو ئامانجە بگات.

نوورێک کە گەیشتن بە ئامانجی لە دڵیدا دەدرەوشاندەوە، بووە هۆی ئەوەی کە بە پێچەوانەی کەسانێکەوە ڕەفتار بکات کە زمانیان هەمیشە بە شکاتەوەیە و ناڕەزایی خۆیان دەردەبڕن کە بۆچی دنیا بە خواست و ویست و چێژی ئێمە نییە. لە دکتۆر لوب گەرموگوڕی و توانای مرۆڤایەتی لە ناخیدا بوونی هەبوو، هەر ئەوەندە و بەس.

ئەوەی بۆتانی دەگێڕمەوە دەستکەوتی بیرۆکەی دەروونناسێک نییە، بەڵکوو بۆچوونی پزیشکێکە کە ئامۆژگاری نەخۆشەکانی دەکرد. "ئەلفرد ئەدلر" بۆچونی ئەم پزیشکەی بەم شێوازە کورت کردۆتەوە و دەڵێت ئەگەر کار بەم دەستورە بکەیت ماوەی چواردە ڕۆژ لە بیر و خەیاڵی هیچوپووچ ڕزگارت دەبێت.

ئەمە یاسای کارەکەیە: (... لە ڕێگەی بیرکردنەوەوە هەوڵ بدە تا بزانیت چۆن دەتوانیت کەسێک دڵخۆش بکەیت).

"ئالفرد ئەدلر" لە کتێبە ناودارەکەی خۆیدا بە ناوی (ژیانی ئێوە دەبێ چۆن بێت) کە کتێبێکی گرنگە و شایستەی خوێندنەوەیە خوازیارم کە بیخوێننەوە، ئەم کتێبە هانمان دەدات کە هەموو ڕۆژێک کارێکی چاک ئەنجام بدەین! کارێک کە ئەنجامەکەی بەختەوەری ئێمە و کەسانی ترە. بەڕاست کاری چاک چییە؟ کاری چاک چۆن کارێکە؟

حەزرەتی محەمەد (د.خ)، پێغەمبەری ئیسلام لەم بارەیەوە دەڵێت: (کاری چاک ئەوەیە کە ڕەنگی خەم لەسەر ڕووخسار بتۆرێنی و زەردەخەنەی شادمانی بخاتە سەرلێو).

بۆچی بەئەنجامگەیاندنی کاری چاک لە هەموو ڕۆژێکدا ئەنجامێکی سەرسووڕهێنەری بۆ ئەنجامدەری کارەکە هەیە؟

وەڵامەکەی لەوانەیە ئەوە بێت کە لە کاتی خۆسازدان و بەئەنجامگەیاندنی کارێکدا کە دەبێتە هۆی بەختەوەری و ڕەزامەندی خەڵکی بۆ ماوەیەک لە خۆمان بێئاگا دەبین و بوارێک بۆ نیگەرانبوون نادۆزینەوە.

یەکێک لە هۆکارەکانی نیگەرانی و ترس، بیرکردنەوەیە سەبارەت بە خۆمان، کاتێ لە خۆمان بێئاگا بین و بیر لە خەڵکی بکەینەوە، ڕێگەمان لە نیگەرانی گرتووە.

بە گوێرەی دەستوری ئادلر خانمی "ویلیام ت. مون"، کە لێپرسراوی ئیدارەی فێرگەی چۆنیەتی نووسینە لە نیویۆرک، لەباتی چواردە ڕۆژ لە یەک ڕۆژدا بە دڵنەواییکردن و خۆشحاڵکردنی دوو منداڵی هەتیو بەسەر نیگەرانی و نائومێدی و ڕەشبینی خۆیدا زاڵ بوو.

با لە زمانی خۆیەوە ببیستین، کە لەم بارەیەوە چی دەڵێت: پێنج ساڵ لەمەوپێش، لە مانگی دیسەمبەردا بوو، کە خەم و خەفەت لە هەموو لایەکەوە هێرشیان بۆ هێنا بووم. لەگەڵ ئەوەشدا دوای حەوت ساڵ پێکەوە ژیان لەگەڵ مێردەکەمدا بە خۆشی و کامەرانی مێردەکەشمم لەدەست دا. بە نزیکبوونەوەی پشووی کریسمس خەم و خەفەتی منیش پەرەی سەند. تا ئەو کاتە هیچ جەژنێکم بە تەنها بەسەر نەبردبوو، ئێستا کە دەبینم ئەم جەژنی کریسمسە دەبێ بە تەنها ڕاپەڕێنم لە ناو خەم و وەحشەتدا خەریک بوو دێوانە دەبووم. دۆستانی من، بانگهێشتیان کردم تا جەژنی کریسمس لەگەڵ ئەواندا بەڕێ بکەم، بەڵام من کە بینیم بە بێزاری خۆم ئەوانیش بێزار دەکەم داواکەیانم ڕەت کردەوە.

دوای نیوەڕۆی ڕۆژی پێش پشوو دەستم لە کار کێشایەوە و هاتمە سەر شەقامەکان. بیرم لە خۆم کردەوە کە بینینی خەڵکی دەبێتە هۆی ئەوەی کە نارەحەتیەکانم فەرامۆش بکەم، بەڵام بینینی ئەو خەڵکەی کە بە شەوق و زەوق و خۆشەویستی و تەدارەکەوە پیرۆزباییان لە

یەک دەکــرد، خەم و خەفەتــم ڕووی لە زیــادبوون دەکــرد، بەڵام بیرکردنەوە لە ڕۆشتنەوەم بۆ بینا بێدەنگەکەی خۆم ئازاردەر بوو. حەیـران و سـەرگەردان بـووم و نەمـدەزانی دەبـێ چـی بـکەم. دوای کاتژمێرێــک ڕێگەکــردن بە پــێ وادار بــوومەوە، کە گەشــتومەتە وێستگەی پاس. بە بیرم هـاتەوە کە هەندێ جار من و مێردەکەم بۆ گەڕان و گەشــتوگوزار ســواری ئەم پاســانە دەبــووین و بــۆ هەر شوێنێک کە ڕێک بکەوتـایە دەچووین. دوای ئەوە ڕاستەوخۆ سـواری پاس بووم، کە گەیشتبووە وێستگەکە. دوای ماوەیەک کە پاسـەکە لە جـوولەدا بـوو، کـاتێ بەئاگـا هـاتمەوە، بینـیم گەیشـیتووینەتە دەریـای "هودســـن"، دەنگـــی بلیتفرۆشـــەکەم بیســـت کە دەیـــوت: (خـــانم گەیشتووینەتە کۆتایی خەت)

لە پاســەکە دابەزیــم. نەمــدەزانی لە کوێـدام. نـاوی ئەو شوێنەشــم نەبیسـتبوو. تەنهـا دەزانـم شـوێنێکی ئـارام و بێدەنگ بـوو. چـاوەڕوانی پاسـم دەکرد کە بگەڕێمەوە. دەبوایە ئـارامم بگرتـایە تـا پـاس دەگـات، دەســتم کــرد بە ڕۆیشــتن و ڕێکــردن لەســەر شــەقامەکە. کــاتێ کە لەبەردەم کڵێسایەک تێدەپەڕیم ئـاهەنگی ڕۆحپەروەر "شـەوی بێدەنگ" کەوتە بەر گـوێم. ئەوەنـدە سـەرنجی ڕاکێشـام کە بە بێئاگـایی چـوومە نـاو کڵێسـاکەوە. لە کڵێساکەدا جگە لە هونەرمەندێک کە ئاهەنگی لێدەدا کەسـێکی تــر نەبـوو. بە ئەسـپایی لەســەر یەکێـک لە کورسـییەکان دانیشتم.

پرتە پرتی درەوشاوەی درەختـی کریسـمس وەک ئەسـتێرەکان بـوو، کە لە ئاسماندا لەژێر ڕووناکیی مانگدا سـەما دەکەن. ئـاهەنگی ئـارامی بەخش، ماندوویەتی و برسێتی کە لە بەیانییەوە هـیچم نەخواردبوو بە شێوەیەکی وەها بێهۆشی خستم کە هەر لەوێدا چوومە خەوەوە. کاتێ بەخەبەر هــاتمەوە نەمــدەزانی لە کوێـدام. ســەرەتا ترســام، بەڵام بە زوویی دوو منداڵم بینی کە بە ڕواڵەت بۆ بینینی درەختـی کریسـمس

هاتبوونه کڵێسا. یەکێک لەوانە کە کچێکی منداڵ بوو ئیشارەی بۆ من دەکرد و بە منداڵەکەی تری دەوت: (لەوانەیە بابانوئێل ئەم خانمەی هێنابێت!)، منداڵەکان لە بەخەبەرهاتنی من ترسان، بەڵام من پێیانم وت کە ئازاریان نادەم. پۆشاکەکانیان کۆنە بوو. لێیانم پرسی کە دایک و باوکتان لە کوێن؟ وەڵامیان دایەوە (ئێمە دایک و باوکمان نییە.)

حاڵەتی سۆز و بەزەیی ئەو دوو منداڵە هەتیوە کە لە من خەمگینتر و دەردەدارتر بوون، منیان شەرمەزار کرد لەوەی کە خەمی خۆم دەخۆم.

لەگەڵ ئەوانەدا لە درەختێک نزیک بوومەوە بۆ ئەوەی منداڵەکان بە باشی سەیری درەختەکە بکەن. دوای ئەوە دەستیانم گرت و بردمن بۆ دوکان و بڕێک شیرینی و کەلوپەلی یاریکردنم بۆ کڕین. بەم کارە هەستم بە خۆشییەکی زۆر سەرسوورهێنەر دەکرد لە ناخی خۆمدا. ئەم دوو منداڵە هەتیوە منیان ڕزگار کرد لە نیگەرانییەک کە خۆم دروستم کردبوو و چەند مانگێک بوو ئازاری دەدام.

هەر لەوێدا سوپاسی خوای گەورەم کرد، کە هیچ نەبێ دەورانی منداڵیم لە پەنای باوک و دایکی میهرەبانمدا بەسەر بردووە. ئەو ئەزموونە پیشانی دام کە پێویستە بۆ خۆشحاڵکردنی خۆمان هەوڵ بدەین بۆ شادکردنی خەڵکانی تر. لە دوای ئەوە هەوڵم دەدا بە شادکردنی خەڵکی خۆم شادمان بکەم.

دەتوانم سەرگوزەشتەی کەسانێکی زۆرتان بۆ باس بکەم کە لە ڕێگەی یارمەتیدانی خەڵکییەوە کە لە ڕاستیدا یارمەتیدانی خۆیانە توانیویانە بەسەر نیگەرانییەکانی خۆیاندا زاڵ بن، بەڵام چونکە باسەکە درێژە دەکێشێت مۆڵەت بدەن یەکێک لە سەرگوزەشتە نایابەکانتان بۆ بگێڕمەوە کە پەیوەندی بە خانمی "مارگرت تیلور یاتز"ەوە هەیە.

خانمی "یاتز" چیرۆکێکی زۆری نووسیوه که سەرنجڕاکێشترینیان بە بۆچوونی من چیرۆکی ڕاستەقینەی بەشێک لە ژیانی خۆیەتی کە ئێستا کورتەیەکتان بۆ دەگێڕمەوە.

زیاتر لە ساڵێک بوو کە بەهۆی نەخۆشی دڵەوە زەجرم دەکێشا. لە شەو و ڕۆژێکدا نزیکەی بیستودوو کاتژمێرم لەسەر جێگەدا بەسەر دەبرد. درێژترین ڕێگەیەک کە دەمبڕی ماوەی نێوان جێگەکەم تا باخچەی ماڵەکەم بوو. وا دەزانم ئەگەر هێرشی یابانییەکان بۆ "پرل هاربر" دەستی پێ نەدەکرد دەبوایە باقی ماوەی تەمەنم لەسەر جێگە بەڕێ بکردایە. بەڵام ئەم هێرشە پڕ نەهامەتییە بۆ من چارەنووسێکی خۆش بوو.

ڕۆژێکیان وەک پیشەی هەمیشەییم لەسەر جێگەکەم ڕاکشا بووم، بۆمبێک لە نزیک ماڵەکەمەوە تەقیەوە. توندی تەقینەوەکە منی لەسەر جێگەکەم خستە خوارەوە. هێرشی یابانییەکان زۆر دژوار بوو. شار شڵەژا بوو. زۆرێک بێماڵ بوو بوون. سوپاکان داوایان لە خەڵکی دەکرد کە یارمەتی ئەوانە بدەن کە ماڵیان نییە.

ئەوان داواشیان لە من کرد کە مۆڵەتیان بدەمێ لە تەلەفونی ماڵەکەم سوود وەربگرن بۆ بەدەستهێنانی زانیاری لە حاڵی سەربازانێک کە لە شەڕدا بوون. من نەک تەنها داواکەیانم ڕەت نەکردەوە، بەڵکوو خۆیشم هاوکاریم دەکردن.

سەرەتا لەسەر جێگەکەم وەڵامی پرسیاری ئەو ئافرەتانەم دەدایەوە کە سەبارەت بە مێرد و منداڵەکانیان دەیانکرد و زانیاریان بەدەست دەهێنا. یەکەمین ئەنجامی پۆزەتیڤانەی کارەکەم ئەوە بوو کە زانیم مێردەکەم زیندووە و بە سەلامەتی لە مەیداندایە لەگەڵ نەبەردەکاندا. کەم کەم لەسەر جێگەکەم هاتمە خوارەوە، کاتێکی زۆرم بە پرسیار و وەڵام دەربارەی سەربازان و جەنگاوەرانەوە خەریک دەکرد. وای

لێهات کە لە شەو و ڕۆژێکدا زیاتر لە هەشت کاتژمێر بۆ پشوودان نەدەمایەوە.

کاری من ئەوە بوو ئەو زانیاریەی بەدەستم دەهێنا سەبارەت بە جەنگاوەرەکان، بە هاوسەران و دایکانی هێزە جەنگاوەرەکانم دەگەیاند و دڵدانەوەی ئەوانەشم دەکرد کە هیچ هەواڵێکیان پێ نەگەشتبوو و خوازیاری ئەوە بوون کە هەواڵێکیان سەبارەت بە کەسەکانیان پێ بگات کە لە بەرەی جەنگدا بوون.

لە کۆتاییدا بە شێوەیەکی ئەوتۆ شارەزای کارەکەم بوو بووم، کە زۆر بە ئاسانی کارەکەمم ڕادەپەڕاند و بە تەواوی بێتوانایی خۆمم فەرامۆش کرد. هێزێک کە ئەم کارە بە منی بەخشی لە خەونیشدا وێنەی نەبوو. فێری شتانێک بووم کە شایستەی ئەوە بوون بە هۆیانەوە ژیان بەسەر بەرم.

ئەو دەرسە گەورەیەی من لە نەبەردەکانی پرل هاربر فێر بووم ئەوە بوو، کە بواری ئەوە بە خۆم نەدەم کە بیر لە خۆم بکەمەوە. بە گومانی من بۆچوونی "کارل یونگ"، کە یەکێکە لە دەروونناسە گەورەکان لە سەدا سەد حەقیقەتی هەیە، لەگەڵ ڕاستیدا دەگونجێت، کاتێ دەیوت: (زیاتر لە 1/3ی نەخۆشەکانی من نەخۆشی واقعی نین. ئەوانە کەسانێکن کە ناتوانرێ بە نەخۆشیەکانیان بوترێ نەخۆشی دەروونی، بەڵکوو ئەوانە لە بێهوودەیی و پووچی ژیانی خۆیانەوە زەجر و ڕەنج دەکێشن و گومان دەبەن کە نەخۆشن).

ئەگەر قایل بین کە حەق لای "کارل یونگ"ـە، کەوایە 2/3 لە نەخۆشە دەروونییەکان دەتوانن لە ژێر دروشمی:

(کاتی خۆت سەرفی یارمەتیدانی خەڵکی بکە)دا، خۆیان دەرمان و چارەسەر بکەن.

ئێستا لەوانەیە تۆ بڵێیت کە داستانی خانمی "مون" کاریگەری لەسەر من نییە، یان ئەگەر من لە شوێنی ئەودا بوومایە هەمان کارم لەگەڵ ئەو دوو منداڵە هەتیوەدا دەکرد، بەڵام هیچ کاریگەرییەکی نەدەبوو و داستانەکەی خانمی "یاتز"یش ئەوەندە گرنگ و بەئەهمیەت نەبوو، بۆچی من ڕۆژانە هەشت کاتژمێر کار دەکەم و هیچ ڕوداوێک کە شایەنی لەبیرنەکردن بێت ڕوونادات.

چۆن دەتوانم بە یارمەتیدانی خەڵکی خۆم فەرامۆش بکەم، تازە لە فەرامۆشکردن چ شتێکم دەست دەکەوێت؟

پرسیارێکی باشە، هەوڵ دەدەم وەڵامی بدەمەوە: هەرچی ژیانی ئێوە سست و لاوازکەر و یەک ڕەنگ بێت دیسان هەموو ڕۆژێ لەگەڵ کۆمەڵێکدا ڕووبەڕوو دەبیتەوە. بەڕاست چی لەوانە دەکەیت؟ تەنها بە سەرسامیەوە سەیریان دەکەیت، یا لە ناخی خۆتدا دەست دەکەیت بە لێکدانەوەیان؟ بۆ نموونە سەبارەت بە نامەبەر چی دەزانی کە چەندەها کیلۆمەتر ڕێگە دەبڕێت تا نامەکەی ئێوە بگەیەنێت و ساڵانێکیشە ئەم کارە ئەنجام دەدات؟ ئایا شتی وا بووە کە هەتا یەک جار لە نامورادیەکانی ژیانی ئەویش بکۆڵیتەوە؟ هەرگیز حاڵی ژن و منداڵەکانیت پرسیوە؟ سەبارەت بە شاگردێکی وردەواڵەفرۆش چی ئەڵێیت؟ ئەی ئەو ڕۆژنامەفرۆشە و ئەو منداڵە بۆیاخچییە؟

ئەمانە هەموو مرۆڤن و دڵیان باڵ لێدەدا بۆ ژیانێکی پڕ خۆشی و کامەرانی.

ئەوانە دەیانەوێ شاد و کامەران بن و خەڵکیش لە شادی خۆیاندا بەشدار بکەن! دیارە پێویست ناکات کەسێکی چاکەخوازی گەورەی کۆمەڵایەتی بیت تا دنیا باشتر بکەیت، ئێوە باشتر وایە دنیای خۆتان چاک بکەن. لە سبەینێوە دەتوانیت ئەم ڕەوشە پراکتیزە بکەیت لە بارەی کەسانێکەوە کە پەیوەندیان هەیە لەگەڵت.

ئەم کارە چ سوودێکی بۆ ئێوە هەیە؟

خۆشی و کامەرانی و بەختەوەری و شانازی دەستگیرتان دەبێت.

"ئەرستۆ" ئەم ڕەوشە بە جۆرێک لە خۆپەسەندی ژیرانە دەزانێت، زەردەشت پێغەمبەری ئێرانی دەڵێت: (خزمەتکردنی دروستکراو ئەرکێک نییە، جۆرێکە لە چێژ. لەگەڵ ئەوەشدا بۆ سەلامەتی و خۆشی ڕێنمونی ئێوە دەکات).

"فرانکلین" بۆچوونەکەی زەردەشت بەم شێوەیە ڕوون دەکاتەوە: (... کاتێ کارێکی چاک بۆ خەڵکی ئەنجام دەدەیت، زیاتر لەوان خۆشەویستیت لەگەڵ خۆتدا نواندووە).

ڕۆژێک لە پرۆفیسۆر "لیون" مامۆستای زانکۆی "یال" لە بارەی دەربڕینی خۆشەویستی بۆ خەڵکی پرسیم و ئەو وتی:

سادەترین کار بەئاگابوونە لە خەڵکی، چونکە هەم ئەوانە خۆشحاڵ دەکات هەم ئێمەیش ڕەزامەندین کە کەسێکمان خۆشحاڵ کردووە، بۆ نموونە کاتێ دەست دەدەیتە ژێر باری باربەرێک کە بارێکی قورسی بۆ تۆ هەڵگرتووە، ئەوەندە خۆشحاڵ دەبێت ماندوویەتی لە جەستەی دەردەچێت.

هیچ لەبیرم ناچێت کە ڕۆژێکی گەرمی هاوین بۆ خواردنی نانی نیوەڕۆ چووبوومە هۆڵی نانخواردنی شەمەندەفەری نیوهان. شەمەندەفەرەکە وەک کوورەیەکی ئاسنگەری گەرم بوو. کاتێ لێپرسراوی چێشتخانەکە حەق و حسابەکەی دایە دەستم پێم وت:

(وا بزانم ئەو چێشتکەرانەی کە سەرگەرمی لێنانی چێشتن ئەمڕۆ ئازارێکی زۆریان چەشتووە؟)، لێپرسراوی چێشتخانەکە لە وەڵامدا وتی: (پەنا بە خودا، هەموو ئەو کەسانەی دێنە ئێرە لە گەرمی هەوا و خراپی خواردنەکە نارەزایی دەردەبڕن، بەڵام تۆ لە بیری نارەحەتی

چێشتلێنەرەکاندایت! حۆشحاڵم کە وا نازانی ئەوانیش وەک ئاسنەکانی شەمەندەفەرەکە پتەو و بێهەستن.)

کەسانێک کە بۆ ئێمە زەحمەت دەکێشن جگە لە ڕۆژانەکەیان کەمێکیش لە ئێمە چاودێری و بەئاگابوونیان دەوێ، باوەڕ بکەن ئەم بەئاگابوونە دەبێتە هۆی ئەوەی کە کارەکانیان باشتر بەئەنجام بگەیەنن و ئەمەش لە قازانجی ئێمەیە.

پەندێکی پێشینانی چینی دەڵێت:

هەمیشە بۆنی عەتر بە دەستی کەسێکەوە دەمێنێتەوە، کە گوڵێک پێشکەش بە ئێمە دەکات.

بەسەرهاتێک کە لە خوارەوە دەینووسم لە زمانی خانمێکەوە بیستوومە، کە ئێستا دایەگەورەیەکی سەرکەوتوو و چاکە! کاتێ ئەم بەسەرهاتەی بۆ گێڕامەوە جەختی لەسەر ئەوە دەکردەوە کە مێردەکەی تا ئەو کاتە لە بەسەرهاتەکەی بێئاگا بووە.

من کچێکی فەقیر بووم. ئەوەندە فەقیر بووم کە نەمدەتوانی پۆشاکی باش بپۆشم، بەڵام منیش وەک هەموو کچەکانی تر حەزم دەکرد جلوبەرگی باش بپۆشم و بۆ شوێنی باش بڕۆم و هاودەمی باشم هەبێت. بۆ نموونە کاتێ دەچوومە ناو شوێنی سەماوە لەگەڵ گەنجێکدا کە لەگەڵ مندا سەمای دەکرد سەبارەت بە نەخشەی داهاتوو پرسیارم دەکرد، هەڵبەتە لەبەر ئەوە پرسیارم نەدەکرد، چونکە پێویستم بە وەڵامەکانیان هەبوو، نەخێر! تەنها لەبەر ئەوە دەمپرسی کە سەرگەرمیان بکەم و سەرنجی پۆشاکە کۆنەکانم نەدەن. ئەوانیش کاتێ کە کێشە و ئاستەنگەکانی خۆیان بۆ من باس دەکرد خۆشحاڵ دەبوون.

دوای ماوەیەک هەستم کرد بە وەڵامی ئەم پیاوە گەنجانە پابەند بووم و دوایی بە پەیوەندییەکی زۆرەوە گوێم بۆ گفتەکانیان ڕادەدێرا.

دەزانیت دەستکەوتی ئەم کارە چی بوو؟ زۆر بە زوویی من بوومە خۆشەویسترین کچ لەنێو ئەو کۆمەڵەدا، بە شێوەیەک کە سێ نەفەر لەو گەنجانە هاتنە خوازبێنیم.

بەهەرحاڵ، ئەگەر دیدگای مەزهەبیت هەیە گەورەکانی ئاینە جیاوازەکان ئامۆژگاری خەڵکیان کردووە، کە ئاگایان لە خەڵکی بێت و یارمەتیان بدەن، ئەگەر دیدگای مەزهەبیت نییە وا دەزانی جیهانێکی تر بوونی نییە، حەتمەن قایلیت بە خزمەتکردنی خەڵکی و دەبێت ئەوە بزانیت کە ئەو ڕۆژانەی لەدەست دەچن ناگەڕێنەوە، کەوایە باشتر وایە هەر چاکەیەکتان لەدەست دێت کەمتەرخەمی مەکەن و پیشانی بدەن، چونکە ڕێگەیەک کە دەیبڕی دووبارە شایستەی بڕین نییە.

لەگەڵ ئەوەی کە لەم بەندەدا وترا، ئەگەر دەتەوێت نیگەرانی لە خۆت بە دوور بگریت و ئارامی و ئاسوودەیی جێگەی بگرێتەوە سەرنج بدەرە ئەم دەستوورە و لە پراکتیزەکردنیدا بەردەوام بە:

بە پیشاندانی دڵسۆزی و پەیوەستبوون بە کەسانی ترەوە خۆتان لە بیر مەکەن. هەموو ڕۆژێک کارێکی چاک لەبەر خاتری خەڵکی ئەنجام بـــــدە و دوای بەئەنجامگەیانـــــدنی بە زەردەخەنەیەک ڕەونەق بە ڕووخسارت بدە!

کورتەی فرمانەکانی بەشی چوارەم و پێنجەم

حەوت ڕێگە بۆ پەروەردەکردنی چۆنیەتی بیرکردنەوە کە ڕابەرایەتی ئێوە دەکات بە خەیاڵێکی ئاسوودە و کامەران.

فرمانی یەکەم:

مێشکی خۆمان پڕ بکەین لە ئەندێشە گەلێک کە بەدیهێنەری خۆشبەختی، سەلامەتی و ئومێدەوارییە، لەبەر ئەوەی ژیانی ئێمە دەستکەوتی بیرۆکەیەکە کە مەیدان کاری پێ دەدەین.

فەرمانی دووەم:

تێبکۆشین تا بە مەهارەتی خۆمان لە بیری تۆڵەسەندنەوە لە دوژمنانمان نەبین، چونکە لە کاتێکدا دەکەوینە بیری تۆڵە سەندنەوە و پراکتیزەکردنی لە دوژمنان زیاتر ئازار بە خۆمان دەگەیەنین. وەرن با پەیڕەوی لە ڕەوشی ژەنراڵ "ئایزنهاور" بکەین کە دەڵێت: (ئامادە نیم خولەکێک لە بیرکردنەوەم بە کەسانێکەوە خەریک بکەم کە خۆشمیان ناوێ.)

فەرمانی سێیەم:

ا- لەباتی ئەوەی لە ناسوپاسی خەڵکی بڕەنجێیت چاوەڕوانی ناسوپاسیان لێوە بکە.

فەرامۆشــی نەکەیـت کە حەزرەتــی عیســا لە ڕۆژێکــدا شــیفای دە نەخۆشــی دەدا، بەڵام تەنهــا یەکێـک لەو نەخۆشــانە سوپاســی کــرد. بــۆچی چــاوەڕوانی ئەوەیــان لــێ بکەیــن کە ڕەفتــارێکی باشــتر لە پێغەمبەرانی خودا لەگەڵ ئێمەدا بنوێنن؟

ب- لەبیری نەکەین کە تەنها ڕێگەیەک بۆ گەیشتن بە خۆشبەختی و شــادی ئەوە نیـیە کە چـاوەڕوانی ئەوە بـین کەســانێک سوپاســمان بکەن و ئەو سوپاسکردنە ڕاگەیەنن لەبەر ئەوەی کارێکمان بۆ ئەنجام داون و هاوکاریمــان کــردوون، بەڵکــوو دەســتکەوتی خزمەتــی ئــێمە کــامەرانی و ڕەزامەنــدییەکە کە بە هــۆی بەخشــین و لێخۆشــبوونەوە بۆمان فەراهەم بووە.

ج- بـا بزانین و بەئاگـا بـین، کە سوپاسـگوزاری لە بەرامـبەر کـار و کرداری خەڵکیدا سەبارەت بە ئێمە جۆرێکە لە پەروەردەکردن، کەوایە ئەگەر دەمانەوێـت منـداڵەکانمان لەم تایبەتمەنـدییە بەهرەمەنـد بـبن و دابونەریتی سوپاسگوزارانەیان هەبێت، وەرن با بە پێزانین و سـوپاس ناسییەوە پەروەردەیان بکەین.

فەرمانی چوارەم:

هەمیشــە ئەو نــیعمەت و شــتانە بژمێـرە کە پێـت بەخشــراوە، نەک بێبەشییەکانت. ئەگەر بەخشیش و نیعمەتەکانت بژمێریت تێدەگەیت لە بەرامبەر هەر نامورادییەک و بێبەشـییەکدا چەندین نیعمەتت بەسـەردا ڕژاوە کە ئەم بەخشیش و نیعمەتانەش بەسن بۆ ڕەزامەندبوونی تۆ.

فەرمانی پێنجەم:

هەوڵ بدە پابەند نەبیت بە خەڵکەوە و لاساییان نەکەیتەوە. خۆتان بناسن و پشت بە توانا و لێهاتوویی خۆتان ببەستن، چونکە لاساییکردنەوە کوشتنی توانا و لێهاتووییەکانی خۆتە هەتا لە کاتی سەرکەوتنیشتدا لە لاساییکردنەوەکەتدا کەسێکی لاساییکەرەوەی نەک داهێنەر.

فەرمانی شەشەم:

لەو لیمۆ ترشەی کە دەستتان دەکەوێت، هەوڵ بدەن ئاو لیمۆیەکی بەتام بگرن. خراپترین کێڵگە ئەو کێڵگەیە بوو کە بەبێ کێڵاندن پڕ بوو لە ماری ژەهراوی ترسناک، بەڵام خاوەنی بەئاگا و هۆشیار ئەو کێڵگەیەی کردە شوێنی داهێنان و لە ژەهری مارەکانیش ئەوەندە سوودمەند بووبوو، کە ئەگەر کێڵگەیەکی بە پیت و بەرەکەتیش بوایە ئەوەندە سوودمەند نەدەبوو.

فەرمانی حەوتەم:

ناڕەحەتییەکان بە خزمەتکردن بە خەڵکی و خۆشحاڵکردنیان لەبیر خۆتان بەرنەوە.

کاتێک کە لەگەڵ خەڵکیدا میهرەبان دەبیت، دەبیتە هۆی خۆشحاڵکردنیان، ڕەزامەندی و شادی و کامەرانی ئەوانیش پریشکی بەر ئێوە دەکەوێت، هەر لەبەر ئەوە بە شادکردنی خەڵکی خۆتانتان شاد کردووە.

بەشی شەشەم

بەندی نۆزدەیەم

ڕێگەیەکی تۆکمە و تەواو بۆ زاڵبوون بەسەر نیگەرانیدا

لە بەندەکانی پێشوودا بۆتانم باس کردووە، کە لە کێڵگەیەک کە لە میسووری بوو هاتوومەتە دنیاوە و گۆش کراوم. ئێمەیش وەک زۆربەی جووتیارانی ئەو زەمانە فەقیر و بێ دەرامەت بووین. دایک و باوکم ساڵانێکی زۆر زەحمەتیان دەکێشا و بە کێشە و ئاستەنگ و سەختی دەست و پەنجەیان نەرم دەکرد. دایکم لە قوتابخانەیەک لە لادێدا دەرسی دەوتەوە و باوکم بە کاری جووتیارییەوە سەرقاڵ بوو. دەرامەتی مانگانەی ئەم جووتە زەحمەتکێشە لە دوانزە دۆلار تێنەدەپەڕی. دایکم نەک تەنها جلوبەرگی ئێمەی دەشۆرد، بەڵکو خۆیشی سابوون و پێویستییەکانی شۆردنی دروست دەکرد. جگە لەو ساڵەی کە بەرازەکانمان فرۆشت، کەمتر پارەی مۆڵ دەهاتە دەستمان. لە وشکەفرۆشەکان ئارد و شەکر و قاوە و شتی ترمان وەردەگرت و لەبەرامبەریدا کەرە و هێلکەمان دەدانێ.

دوانزە ساڵان بووم، بەڵام پەنجا سەنتم نەبوو کە خەرجی بکەم. هەرگیز ڕۆژێک لەبیر ناکەم کە بۆ جەژنی چوارەمی مانگی (تەمموز) دەرۆشتم. ئەو ڕۆژە باوکم دە سەنتی پێ دام تا بە هەر شێوەیەک بمەوێت خەرجی بکەم. ئەو دە سەنتە ئەوەندە منی شادمان کرد، کە وامدەزانی تەواوی سەروەتە ئەفسانەئاساکانی هیندیان بە من داوە، ئەمە لە کاتێکدا بوو کە بۆ گەشتن بە قوتابخانەی یەک پۆلی لادێ دەبوایە ڕۆژانە چەندەها کیلۆمەتر ڕێگەم ببڕیایە.

له بیری ناکەم کە لە زستاندا لەژێر سەرمای 28 پلە لە خوار سفرەوە بە چ دژوارییەک ئەو ڕێگەیەم دەبڕی. تا تەمەنی چواردە ساڵی پێڵاوم نەبوو .بە درێژایی زستانی پڕ لە سەهۆڵ و بەفر هەمیشە پێیەکانم تەڕ بوو.

هیچ کات بە بیرمدا نەدەهات کە کەسێک لە زستاندا پێیەکانی وشک و گەرم بن، چونکە هەستم بەو گەرمایە نەکردبوو. باوک و دایکم لە شەو و ڕۆژدا 16 کاتژمێر کاریان دەکرد -کار کە نا، گیانیان دەکێشا- بەڵام هەمیشە لە ژێر باری قەرز و دژواریدا دەیان ناڵاند.

لە هەر حەوت ساڵدا شەش ساڵ ئاوی دەریای 102 دەهات و هەموو دانەوێڵە و دەستهاتەکانمانی لەناو دەبرد. تەنها ساڵێک دەریا سەری نەکرد، بریا ئەو ساڵەش سەری کردایە، چونکە ئەو ساڵە جگە لە دەستکەوتی باش باوکم دەستی کرد بە ڕاگرتن و بەخێوکردنی بەراز، بەڵام بە شێوەیەک نرخی ئاژەڵ لە بازاڕی "شیکاگۆ" هاتبووە خوارەوە، کە لە دوای ئەو هەموو ڕەنج و زەحمەتە تەنها 30 دۆلارمان دەست کەوت. 30 دۆلار دەستکەوتی یەک ساڵ کار و زەحمەت! ڕوومان لە هەر کارێک دەکرد دەستکەوتەکەی ڕەنج و زەحمەت بوو و سەرئەنجامیش زەرەر. دوای دە ساڵ لێبڕان و کارکردن بە بەردەوامی نەک تەنها پارەیەکمان نەبوو، بەڵکوو سەرباری ئەوەش تا بینەقاقا لە قەرزدا چەقیبووین. کێڵگەکەشمان بە ڕەهن وەرگیرا، ئەو بانکەی کە کێڵگەکەی باوکمی بە ڕەهن وەرگرتبوو لە باتی قەرز هەڕەشەی ئەوەی لێ دەکردین کە کێڵگەکە موڵکی خۆیەتی و پەیوەندی بە ئێمەوە نەماوە. باوکم تا ئەو کاتە تەمەنی 45 ساڵ بوو، دوای 30 ساڵ گیانکێشان هیچ شتێکی جگە لە قەرزاری بۆ نەمابۆوە لە تاودا دووچاری خەم و پەژارە بوو و تەندروستی خۆی لەدەست دا. بە بوونی ئەو هەموو کارە سەخت و دژوارە لە خواردنیش کەوت و ئیشتیهای نەما و بە ناچاری داو و

دەرمانی ئیشتیهای بەکار دەهێنا. ڕۆژ بە ڕۆژ لاوازتر و بێ تواناتر دەبوو. پزیشکی چارەسازی بە دایکمی وتبوو کە زیاد لە شەش مانگی تر نامێنێ و دەمرێ. باوکم بە ئەندازەیەک نیگەران بوو کە ژیانی زۆر بە بێبایەخ دەهاتە بەرچاو.

چەند جارێک لە دایکمم بیست کە دەیوت هەر کاتێ باوکت بۆ ئالیکدان بە ئەسپەکان یا دۆشینی ئاژەڵەکان دەچووە دەرەوە و زوو نەدەگەڕایەوە بە پەلە بە دوایدا دەڕۆیشتم، کە نەوەک خۆی لە سێدارە دابێت و خۆی خنکاندبێت.

ڕۆژێک باوکم دوای ئەوەی بەڕێوەبەری بانک هەڕەشەی زەوتکردنی موڵکەکەی لێ کردبوو لە ڕێگەی گەڕانەوەیدا ئەسپەکەی لەسەر پردی دەریای 102 ڕاوەستاندبوو، بیری لەوە کردبۆوە کە خۆی بخاتە نێو دەریاکەوە و کۆتایی بە ژیانی خۆی بێنێت. دوای چەند ساڵێک، باوکم پێی وتم ئەو هۆیەی بوویە ڕێگر لەوەی کە خۆم نەخەمە نێو دەریاوە دایکم بووە. چونکە لەو ساتەدا بیری لە گفتەکانی کردۆتەوە کە زۆر جار دەیوت: (پیاو ئەو هەمووە ئازارەت چەشتووە، بەلام بە کەسەوە نەبەستراوی، جارێکیش وەرە پەیوەندی لەگەڵ خودا ببەستە، بزانە کێشە و ئاستەنگەکانت چیان لێدێت.)

ئەو ڕۆژە بە خۆمم وت:

(تەنها جارێک بە ئومێدی خودا ڕوو لە ژیان دەکەمەوە تا وتەی هاوسەرەکەم تاقی بکەمەوە).

حەق لە لای دایکم بوو، چونکە لە کۆتایدا کارەکان هاتنەوە سەر ڕێ و باوکم لەدوای ئەوە 42 ساڵی تر لە ژیاندا مایەوە. لە تەواوی ئەو ساڵە دژوارانەدا بەڕاستی دایکم نیگەران نەدەبوو و لە بیری ئەوەدا بوو کە چۆن ئێمە لەم حاڵەتە ڕزگار بکات. ئەو هەمیشە خوازیار بوو کە من ببمە وتاربێژێکی مەزهەبی و منیش دەمویست

ببمە وتاربێژێکی مەزهەبی و لە وڵاتێکی بێگانەدا بم. بەڵام لە دواییدا کە چوومە زانکۆ، هەموو شتێک گۆڕانی بەسەردا هات. سەرەتا بڕوام بە دین و مەزهەب نەما و لە بوونی خودادا نکۆڵیم دەکرد. وام لێهاتبوو کە گاڵتەم بە بەشەریەت دەکرد. وام دەزانی کە مرۆڤیش وەک ئاژەڵەکانی تری پێش مێژوو لەناو دەچن. دەمزانی بە گوێرەی یاساکانی بوونەوەر هەر کاتێ خۆر 10%ی گەرماییەکەی لەدەست بدات، هیچ بوونەوەرێک بە زیندوویی نامێنێتەوە.

بە بڕوای کەسانێک کە دەیانوت ملیاردها ئەستێرە و خۆر لە گەردوونی بێسەروبندا لە خولانەوەدان لەسەر ڕێڕەوی خولگەکان خۆیان لە خۆیانەوە دروست بوون، یا هەمیشە هەر بوون و بەدیهێنەر و دروستکەر لە ئارادا نەبووە سەرسام بوو بووم.

ئێستا وا دەزانیت کە دەمەوێت لافوگەزافی ئەوە لێبدەم کە وەڵامی ئەم پرسیارانە دەزانم؟ نەخێر، هیچ کەس تا ئێستا نەیتوانیوە ئەم نهێنییە شاراوەیە ئاشکرا بکات.

ژیان و بوونی ئێمە نهێنی ڕازێکی شاراوەی زۆری لە خۆ گرتووە، کە ناتوانین پەی پێ بەرین و شیکاریان بکەین، بەڵام ئەم پەیپێنەبردنەی ئێمە ئەوە ناگەیەنێت کە ئەو نهێنیە شاراوانە بوونیان نییە، چونکە ئەگەر ئێمە هەست بە تەزووی کارەبا نەکەین و پەی پێ نەبین ناتوانین بڕیاری ئەوە بدەین کە تەزووی کارەبا بوونی نییە، لەبەر ئەوەی ئێمە پەی پێ نابەین، بەڵام کە پەنجەت خستە سەر دووگمە داگیرساندنی گڵۆپێک ڕاستەوخۆ هەست بە ڕووناکی دەکەیت کە ئەمەش ئەوە دەگەیەنێت کە تەزووی کارەبا هەرچەندە ئێمە هەستی پێ ناکەین و پەی پێ نابەین بوونی هەیە. لە بوونی پەیوەنیدا لەگەڵ ئەم لایەنەدا دەتوانیت نمونە بێنیتەوە.

تۆ دەبێت ساڵانێک وانە بخوێنیت و لێکۆڵینەوە و توێژینەوە بکەیت تا تێبگەیت چۆن چۆنی چەوری دەگۆڕرێت بۆ شەکر و دەبێتە مایەی

سـوود بـۆ جەسـتەی ئـێمە، بەڵام کـاتێ تـۆ وانەت نەخوێنـدبێت و لێکـۆڵینەوە و تـوێژینەوەت ئەنجـام نەدابێـت ئایـا مـافی ئەوەت هەیە نکـۆڵی لە گـۆڕینی چەوری بـۆ شـەکر بکەیـت و داواکـاریش بیـت کە چۆن چەوری دەگۆڕێت بۆ شەکر؟

ئەمەش تەنهـا قسـەیەکی بێهـوودە و بـێ واتـایە! پـێش ئەوەی کە مـرۆڤ بێـتە بـوونەوە زەوی هێلکەیـیە و لە خـولگەی تـایبەتی خۆیـدا دەخولێتەوە، کاتێ زانـای بەناوبانـگ "گالیلۆ" پەی بەم ڕاستییە بـرد و ڕایگەیاند، بووە جێگەی لـۆمە و سەرزەنشتکردن، بەڵام لە دوایدا هەر ئەوانەی کە لـۆمە و سەرزەنشـتیان دەکـرد خۆیـان دا بە دەسـتەوە و گەیشـتنە ئاسـتی بڕواپێکـردن! بەڕاسـت ئەگەر ئـێمە تـا ئەمـڕۆ پەی بە شێوە گۆی زەوی و هێزی کێشکردن و سوڕانەوەیمان نەبردبێت ئایا ئەمە ئەوە دەگەیەنێت کە زەوی شێوە گۆیی نییە یا ناسووڕێتەوە؟ من خـۆم هێشـتا لە کەشـفکردنی نهێنـی کـاریگەری نـزا و نـوێژ نـامۆ و عاجزم، بەڵام ئەمە ئەوە ناگەیەنێت کە لە ئارامی ڕۆحـی و تەسـکینێک کە نزا و نوێژ بۆمانی بەدی دەهێنن بەهرەمەند نەبم. بە بەڵگەوە یـا بە بێـبەڵگە بـۆم دەرکەوتـووە کە بڕوابـەدینبـوون لە ڕێـگەی ژیـانێکی کامەرانەدا گرنگترین پەناگایە.

من بڕوام بەم وتە حیکمەتئامێزەی "سـانتا هانـا" هەیە کە دەڵێت: (... مرۆڤ بۆ ئەوە دروست نەبووە کە پەی بە ژیـان بەرێت، بەڵکوو بۆ ئەوە دروست بووە کە بژی).

"بیکن"یش مافی خۆی بوو، کە ماوەی 400 ساڵ لەمەوپێش دەیوت:

(... خوێندنەوە بە کەموکورتی و نـاتەواوی فەلسـەفەی مرۆڤ بێدین دەکات و خوێندنەوەی تۆکمە و تەواو فەلسەفەی مرۆڤ لە دیـن نزیـک دەکاتەوە).

ئەم بیرۆکەیەشم لە لا پەسندە کە دەڵێت: ئەگەر دین لە ئارادا نەبێت ژیان زۆر هیچوپووچە.

چەند ساڵێک پێش مردنی "هنری فورد" بۆ بینینی ڕۆیشتم، چاوەڕوانی ئەوەم دەکرد خەمۆکی و بێزاری لە ڕوخساریدا ببینم لەبەر 78 ساڵ ژیان و ساڵانێکی زۆریش هەوڵدان بۆ بەڕێوەبردنی یەکێک لە دامەزراوە پیشەسازییە گەورەکان، بەڵام کاتێ بە شادی و خۆشحاڵییەوە بینیم سەرسام بووم. کاتێ هۆی ئارامی و شادیەکەیم لێ پرسی زۆر بە ئاسانی و ڕاشکاوانە پێی وتم:

(... باوەڕم وایە خودا خۆی کارەکان جێبەجێ دەکات و پێویستی بە پەند و ئامۆژگاری من نییە).

لە بەندی ڕابردوودا باسی ئەوەم کرد کە بڕیار بوو دووسەد دۆلار خەلات بە کەسێک ببەخشم کە باشترین نووسراو سەبارەت بە (چۆن بەسەر نیگەرانیدا زاڵ بین؟) دەنووسێت و بۆمی دەنێرێت. لێرەدا دیسانەوە بە بیرتانی دێنمەوە کە ناچار بووم خەلاتەکە لە نێوان دوو نەفەردا دابەش بکەم، لە بەندی پێشوودا باسی یەکێ لە نووسراوەکانم کردبوو، ئێستاش باسی نووسراوی دووەمتان بۆ دەکەم.

ئەم داستانەیان ئافرەتێک بۆی نووسیوم کە لە ژیان تێگەیشتبوو و دەیزانی کە بەبێ خودا ژیان مەحاڵە. من ناوی ئەم ئافرەتە دەنێم "ماریا گوشمن" کە -ناوێکی خوازراو-ە، چونکە ئەو لە حاڵی حازردا خاوەنی چەند منداڵێک و نەوەیەکی نوێیە کە بۆی هەیە لە بەچاپگەیاندنی سەرگوزەشتەی دایە گەورەیان ڕازی نەبن.

ساڵانێکی دژوار بوو. ساڵانێکی سەخت و تەنگی بژێوی، دەرامەتی مێردەکەم هەفتەی 18 دۆلار بوو. هەمیشەش ئەم دەرامەتە بە دەستمان نەدەگەشت. مێردەکەم زۆربەی کاتەکان نەخۆش بوو و لە

کاتی نەخۆشیدا مووچەی نەبوو. ماڵێک کە بە دەستی خۆمان دروستمان کردبوو لە دەستمان دا. بڕی 50 دۆلار قەرزاری وشکەفرۆشێ بووین، بۆیە بە ناچاری دەبوایە خەرجی پێنج منداڵمان دابین بکردایە. بۆ دابینکردنی پێویستییەکانی ماڵ، وەک (غەساله و ئوتو و...) پارمەتیمان لە دراوسێکانمان وەردەگرت، بەلام دیسانەوە هیچمان بە هیچ بوو.

ڕۆژێکیان ئەو وشکەفرۆشەی کە 50 دۆلاری لامان بوو، کوڕەکەمی بە دزینی دوو بەستە قەڵەم تاوانبار کرد. کاتێ کوڕەکەم مەسەلەکەی بۆ باسکردم فرمێسک لە چاوانمدا قەتیس مابوویەوە، دەمزانی ئەو دز نییە و درۆ ناکات. ئەو کوڕێکی ڕاستگۆ و پاک بوو، بەلام وشکەفرۆشەکە بۆ ئەوەی لە شەڕی ئێمە ڕزگاری بێت، ئەم تۆمەتەی دابوویە پاڵ کوڕەکەم. ئەم ڕووداوە پشتمی شکاند. هیچ ئومێدێکم نەبوو، وا دەزانم بۆ ساتێک بوومە دیوانە، چونکە بەلووعەی غەسالەکەم بەست و کچە بچووکەکەم بردە ژووری خەوتنەوە. تەواوی دەرگاکان و ڕووناکیەکانم داخست. کچەکەم کاتێ پرسی: (دایە ئێمە خۆ تازە لە خەو هەستاوین!) پێم وت: (عەیبی نییە دایە، سەرخەوێک دەشکێنین!) دوای ئەوە لەسەر جێگەکەم ڕاکشام و بەلوعەی غازەکەم کردەوە. چاوەکانم داخستوو گوێم بۆ دەنگی ئەو غازە ڕادێرا کە لە بەلوعەکەوە دەردەچوو. هەرگیز بۆنی ناقۆلای غازەکە فەرامۆش ناکەم. لە ناکاو هەستم کرد ئاهەنگێک دەبیستم. باش گوێم ڕادێرا، دەنگی ڕادیۆ بوو کە لە بیرم چوو بوو بیکوژێنمەوە -مەسەلەیەکی گرنگ نەبوو، کە لەو کاتەدا بیرم لای بێت-. مۆسیقاکە درێژەی کێشا. لە نێوان مۆسیقاکەدا دەنگێکم بیست کە سروودێکی دێرینی دەوت: (... کاتێ ئێمە بتوانین لە ئازار و دەردەسەری و نەهامەتییەکاندا پشت بە خودای خۆمان ببەستین ئیتر دەبێ چ ترس و باکێکمان لێیان هەبێت تا هەراسانمان بکەن؟) نازانم بۆچی ئەو سروودە خۆی خزاندە ناخمەوە. کەم کەم تێگەیشتم کە تووشی

هەڵەیەکی زۆر گەورە بووم. دەمویست بەم ڕێگەیە و بە تەنها ڕوو بە جەنگی ڕووداوەکانی ژیان بڕۆم. پێش ئەوە هیچ کات بۆ لابردنی نیگەرانییەکانم پشتم بە خودا نەبەستبوو. لە جێگە ڕاپەڕیم و بەلووعەی غازەکەم گرتەوە و دەرگا و پەنجەرەکانم والا کرد. ئەو کاتەی مابوویەوە لەو ڕۆژەدا بە نزا و پاڕانەوە بەسەرم برد. دوای ماوەیەک گریان و نزا هەستم کرد باری سەرشانم سووک بووە. نەک لەبەر ئەوەی خوداوەند یارمەتی منی دەدا، بەڵکوو بە شوکرانەکردنی ئەو نیعمەت و بەخشیشانەی کە پێی بەخشیبووم، بەلام من پێیان قایل نەبووم بۆ نمونە ئێستا من دەبینم پێنج منداڵی ساغ و سەلامەتم هەیە.

بەڵێنم بە خودای خۆم دا کە چیتر ناسوپاس و پێنەزانی نیعمەتەکانی نەبم و زۆر خۆشحاڵم کە تا ئەمڕۆ توانیومە لەسەر بەڵێنەکەی خۆم ڕاوەستاو بم. هەتا دوای ئەوەی کە ئەو ماڵەی تایبەت بوو بە خۆمان لەدەستمان دا، ماڵەکەمان گواستەوە بۆ قوتابخانەیەکی لادێ کە زۆر دوور بوو لە شارەوە، بەلام هیچ نارازیی و ناسوپاسییەکم دەرنەبڕی، چونکە هیچ نەبێ سەقفێک لەسەرمانەوە هەبوو. هەڵبەتە لەوە خراپترمان بەسەر نەهات و کارەکانمان لەوە ئاڵۆز تر نەبوو، ئەگەر چی ماوەیەک درێژەی کێشا تا حاڵی ئێمە ئاسایی بوویەوە، بەلام بەهەرحاڵ ڕۆژ بە ڕۆژ حاڵمان باشتر دەبوو. لە یەکێک لە کارخانەکاندا کارێکم پەیدا کرد و ئەو کاتانەش کە بەتاڵ بوومایە بە چنینی گۆرەوییەوە خۆمم خەریک دەکرد. یەکێک لە منداڵەکانم بۆ ئەوەی بتوانێت بچێتە پەیمانگاوە لە کێڵگەیەکدا کارێکی پەیدا کرد و دەبوایە لە بەیانییەوە تا ئێوارە 13 مانگای بدۆشیایە. ئێستا منداڵەکانم گەورە بوون و هەرکامیان بۆ خۆیان بوونەتە خاوەنی ماڵ و خانەوادەی خۆیان. لە ئێستادا سێ نەوەی تازەم هەیە کە گەورەترین خۆشی من یاریکردن و سەرگەرمیە لەگەڵ ئەوانەدا. سوپاسی خوای گەورە دەکەم کە لە کاتی خۆیدا بێداری کردمەوە، ئەگەر نا ئەو هەموو ساڵە جوان و پڕ خۆشییەم نەدەبینی.

ئەوەی کە خوێندتەوە سەرگوزەشتەی خانمێک بوو کە بە کورتی و بە ناوێکی خوازراوەوە بۆتانم بەیان کرد. بەگوێرەی ئامارێک کە لەم دواییانەدا بە دەستم گەشتووە لە ئەمەریکا لە هەر 35 خولەکێکدا یەک نەفەر خۆی دەکوژێت و لە هەر 120 چرکەیەکدا یەک نەفەر شێت و دێوانە دەبێت. هەندێک لەوانەی کە لە مەرگ ڕزگاریان دەبێت دوای چاکبوونەوەیان دان بەوەدا دەنێن کە لە ڕێگەی پشتبەستن بە خودا و نزای مەزهەبیەوە ئارامیان بەدەست هێناوە و دەستیان لە خۆکوژی هەڵگرتووە، چونکە ئەوانە هەموویان بەبێ موبالەغە لە کۆتا ساتدا لە کاری خۆیان پەشیمان دەبنەوە و داوا لە خوای گەورە دەکەن کە ڕزگاریان بکات.

دەریا ساڵار "پی یرو"، یەکێکە لەو کەسانەی کە باسی سەرگوزەشتەی خۆی لە کتێبێکدا دەکات. ئەو لە ساڵی 1934 ماوەی پێنج مانگ لە تەمەنی خۆی لە خانەیەکی بچووکی بە سەهۆڵ گەمارۆدراو لە جەمسەری باشوور بەسەر برد. ئەو تەنها مرۆڤێک بوو کە لە حەوت پلەی پانی باشوور ژیانی بەسەر دەبرد. هەندێ جار ئاو و هەوا ئەوەندە ساردی دەکرد تا دەگەیشتە 82 پلە لە خوار سفرەوە. تاریکی ئەوەندە قووڵ دەبوویەوە کە مرۆڤی ڕیشەکێش دەکرد. دەریاساڵار "پی یرو" دەنووسێت: دوای ماوەیەک تێگەیشتم ئەو دووەم ئۆکسیدی کاربۆنەی کە لە زۆپاکەوە دەردەچێت کەم کەم خەریکە مەسمومم دەکات.

بێچارە و بێ دەرمان مابوومەوە، نزیکترین شوێنێک لێمەوە کە یارمەتی لێوەربگرم نزیکەی دووسەد کیلۆ مەتر لێمەوە دوور بوو، زۆر جار هەوڵی ئەوەم دا کە لوولەیەکی زۆپا دروست بکەم، بەڵام ئەوەندە لاواز بووم کە بە بێهۆشی لەسەر زەوی کەوتبووم. نەمدەتوانی خواردن بخۆم. خەو نەدەچووە چاوانم، لەوە دەترسام

ئەگەر بخەوم چیتر بەخەبەر نەیەمەوە. زۆر جار بیرم لەوە دەکردەوە کە ئەمرم و ئەبم بە ژێر بەفر و سەهۆڵەوە و کفنودفن دەبم.

چ شتێک بووە هۆی ڕزگارکردنی ئەم دەریا سالارە؟ با وتەکەی خۆی بخوێنینەوە:

ڕۆژێک لەوپەڕی نائومێدیدا ڕوو بە تیانووسی یادداشتەکەم ڕۆیشتم و بڕوای خۆمم سەبارەت بە فەلسەفەی ژیان بەم شێوەیە نووسی:

لە ژیاندا مرۆڤ بە تەنها نییە! بیرم لە جووڵەی ئەستێرەکان و کەوکەبەکان دەکردەوە، گەیشتمە ئەو ئەنجامەی کە بۆی هەیە تیشکی خۆر خۆی دەرخات و بەسەر بەفر و سەهۆڵەکانی جەمسەردا بدرەوشێتەوە. بەهۆی ئەم ئەندێشەیەوە بوو کە زۆر بە زوویی و بێ دواکەوتن لە تیانووسی یادداشتەکانمدا نووسیم:

مرۆڤ بە تەنها نییە.

کاتێ پەیم بەوە برد کە لەم شوێنە دوورە دەستەدا بە تەنها نیم، ئەمە هێز و توانایەکی پێبەخشیم کە توانیم خۆڕاگری بکەم و بمێنمەوە. پەیوەستبوون بە سەرچاوەی هێز و توانای ئیلاهی ئەوەندە منی لێوانلێو کردبوو لە هێز و توانا کە لە دوای ئەوە کەمتر دوچاری لاوازی دەبووم.

گەورەترین ڕاستی ئەوەیە کە بڕوابوون بە مەزهەب ئارامی و خۆڕاگری و جوانی بە مرۆڤ دەبەخشێت و ئەمەش یەکەمین هەنگاوە بۆ زاڵبوون بەسەر نیگەرانیدا. پشتبەستن بە خودا و پاڕانەوە، سێ بنەمای دەروونناسی لە مرۆڤدا زیندوو دەکاتەوە کە چ دیندار و خوداناسێک هەیە پێویستی پێیەتی:

1. نزا و پاڕانەوە یارمەتی ئێمە دەدات تا ئەو نارەحەتی و ئاستەنگانەی کە هەمانە بهێنینە سەر زمان ئەمەش دەبێتە هۆی

ناسینی کێشە و ئاستەنگەکانمان. لە بەندی چوارەمدا ڕوونمان کردەوە کە زۆربەی کێشە و ئاستەنگەکانی ئێمە لە ئەنجامی نادیاری و نەناسینی ئەوانەیە لە ناخی ئێمەدا. هێنانە سەر زمانی کێشە و ئاستەنگەکان وەک یادداشتکردنیانە لەسەر پەڕاوێک.

2. بەهۆی پاڕانەوەوە هەست دەکەین شەریکێکمان بۆ خەم و پەژارەی خۆمان دۆزیوەتەوە و بە تەنها نین. زۆر کەمن کەسانێک کە بتوانن بە تەنهایی شان بدەنە ژێر باری کێشە و ئاستەنگەکانیان. هەندێ کات نیگەرانی بەهۆی بابەتێکەوە سەرچاوە دەگرێت کە باشترین دۆستان و یارانی خۆمان توانای چارەسەرکردنیان نییە، لێرەدایە کە ڕوو لە خوای گەورە دەکەین کە خۆشەویستترین و لەپێشترین یار و یاوەری ئێمەیە.

کاتێ کەسێک نادۆزینەوە بۆ ئەوەی دەردی دڵی خۆمانی لەلا باس بکەین -بیسەری هەمیشەیی- خوای گەورەیە، کە ئامادەی بیستنی دەردە دڵییەکانی ئێمەیە.

3. نزا و پاڕانەوە مرۆڤ وادار دەکات بۆ کارکردن و هەوڵدان و یەکەمین هەنگاوە ڕوو بە کارکردن. کاتێ خواست و مەبەست بۆ خوای گەورە وترا ئەوا یەکەمین هەنگاوت ڕوو بە ئەو هەڵگرتووە.

دکتۆر "ئالکسیس" دەڵێت: پاڕانەوە گەورەترین توانایەکە کە مرۆڤ توانای دروستکردنی نییە.

کەوایە بۆچی لەو توانایە بەهرەمەند نەبین؟ ناوی ئەم توانایە هەرچییەک بێت: خودا، الله یان سروشت؟

بۆچی هەر ئێستا کتێبەکە داناخەیت و ناچیتە ژوورەکەی خۆتەوە و لە بەردەم بارەگای خودادا چۆک دانادەیت و ناکەویتە ڕازونیازکردن لەگەڵیدا؟ جگە لە خودا دڵسۆزێک نییە کە گوێ بۆ گفتەکەتان ڕادێرێ. مەترسن خودا ڕاز و نهێنیەکانتان بۆ هیچ کەسێک ئاشکرا ناکات!

ئێستا کە چەند خولەکێکت بە نزاو پاڕانەوەوە لە بەردەم بارەگای خودای خۆتدا تێپەڕاندووە چ هەستێکت هەیە؟ لەگەڵ خۆتاندا ڕاستگۆ بن، ئایا هەست ناکەیت ئارامیت بەدەست هێناوە؟ هەست بەوە ناکەیت کە ڕاز و نهێنییەکانتان لەلای پارێزگارێک درکاندووە باری سەرشانتان سووکتر بووە؟ دڵنیابن خوای گەورە لە بەرامبەر ئەوەی یارمەتی داون داوای هیچ شتێکتان لێ ناکات! ڕاوێژکارێکی دڵنیایە و باشترین نیعمەت و بەخششێکە کە هەموو کەسێک دەتوانێت هەیبێت.

بەندی بیستەم

چۆن لە ڕەخنەگرتن ناڕەحەت نەبین؟

لە بیرتـان بێت هـیچ کەسێک شـەق لە سـەگی تۆپیو هەڵنادات! لە ســاڵی 1929 ڕووداوێــک ڕوویــدا، کە لە ئەنجــومەنی فەرهەنگــی ئەمەریکا هەراوهوریایەکی بەرپا کرد. زانایان و مامۆستایانی زانکۆ و توێژەرەکـان و خـاوەن بیروڕاکـانی زانسـتی زانکۆیی لە سەرانسـەری ئەمەریکـادا ڕوویـان کـردە "شیکاگۆ" کە شـوێنی ڕوودانـی ڕووداوەکە بوو.

ئەوانە دەیانویســت لە چــۆنیەتی مەســەلەکە بەئاگــا بــن، بەڵام ڕووداوەکە چی بوو؟

لاوێک بە ناوی "روبرت هاچینز" لە تەمەنـی سـی سـاڵیدا گەیشتبووە پلەی سـەرۆکایەتیکردنی زانکۆی شـیکاگۆ. ئەم زانکۆیە لە نێوان بنکە فێرکاریەکانــدا لە هەمــوو ڕوویەکەوە بە پـلەی چــوارەم دەهــات. "ڕوبرت"ی لاو بە خزمەتکاری، داربڕین، مامۆسـتایی، گوریسفرۆشـی، توانیبووی پلەکانی زانستی بە خێرایی ببڕێت و ئەوەنـدە ببێتە مـایەی سـەرنج، کە سـەرۆکایەتی یەکێـک لە گەورەتـرین زانکۆکـان بگـرێتە ئەستۆ.

جێگەی بـاوەڕ نەبوو بۆ خەڵکی کە لاوێک بەم مەرجەوە توانیبێتی خۆی لە ئاستی مامۆسـتای نمرە یەکی زانکۆی ئەمەریکـادا ببینێتەوە. فەرهەنگییەکـان لە ڕووی زانســتییەوە خۆیــان لەو لاوە بە لە پێشــتر دەزانی و سەریان تەکان دەدا و پێیـان ڕەوا نەبوو لاوێک ئەو پۆسـتە

وەربگرێت. شالاوی ڕەخنەیان بۆ هێنا و دەیانوت تەمەنی منداڵە و بێئەزمونە و هێشتا تۆکمە نەبووە. ڕۆژنامەکانیش چوونە ڕیزی هێرشبەرانی ڕەخنەوە.

ڕۆژێکیان یەکێ لە دۆستەکانی ڕوبرت بە باوکی وت: - ئەمڕۆ بەیانی کە بینیم ڕۆژنامەیەک سەر دێڕەکەی تایبەتە بە ڕەخنەگرتن لە کوڕەکەت زۆر دڵگران بووم! باوکی ڕوبرت هاچینز لە وەڵامی دۆستەکەیدا کە لەوانەشە بە نیازی خراپەوە هاودەردی کردبێت وتی:
- بەڵێ، بابەتێکی ناقۆڵا و ناڕەحەتکەرە، بەڵام دۆستی ئازیز لە بیری مەکە کە هیچ کەسێک شەق لە سەگی تۆپیو هەڵنایات!

باوکی ڕوبرت ڕاستی دەکرد، چونکە سەگ دەبێ زیندوو بێت و بوونی خۆی بسەلمێنێ تا خەڵکی لە شەقتێهەڵدانی چێژ وەربگرن.

شازادە "ویلیز"، کە لە تەمەنی چواردە ساڵیدا چووە زانکۆی "دارموت"، ڕۆژێکیان بە چاوی گریانەوە لە بەرامبەر یەکێک لە فەرماندەکانی هێزی دەریایی کە سەرۆکایەتیکردنی کۆلێژی لە ئەستۆ گرتبوو وەستا. ئەم فەرماندەیە کاتێ هۆی گریانەکەی لێ پرسی، شازادە دوای ماوەیەک کە هەوڵی دەدا هیچ نەڵێت، بەڵام لە کۆتایدا دانی بەوەدا نا کە خوێندکارەکانی تر شەقیان تێهەڵداوە، بەڵام ئەو هیچ گلەیی و گازندەیەکی لە کەس نییە.

فەرماندەکە خوێندکارەکانی کۆلێژی کۆ کردەوە و پێی وتن:

- شازادە هیچ گلەیی و گازندنەیەکی لە کەس نییە، منیش مەبەستی تەربیەتکردنی کەسم نییە و حەقم بەسەر کەسەوە نییە، تەنها دەمەوێ بزانم بۆچی ئەم شازادە تازە پێگەیشتووەتان کردووەتە نیشانە بۆ وەها کارێکی نابەجێ؟

دوای ماوەیەک چرپەچرپکردن و منەمنکردن، چەند خوێندکارێکی کۆلێژ پێکەوە هاتنە گۆ و وتیان ئێمە شەقمان تێهەڵداوە بۆ ئەوەی

کاتێ گەیشتینە پلەی فەرماندەیی کەشتی (ناخودا) یا فەرماندەیەک لە هێزی نیزامی سوڵتانی، بتوانین بڵێین شەقمان لە پاشا هەڵداوە.

خوێندکارە لاوەکان حەقی خۆیان بوو ئێوەش لە بیری نەکەن کە شەقهەڵدەرەکە لەم کارەی خۆی هەست بە گەورەیی و گرنگی خۆی دەکات. زۆربەی خەڵکی لە جنێودان و بە بچووک سەیرکردنی کەسانێک کە بەهایان زۆر لە خۆیان زیاترە، چێژ وەردەگرن و تەسکینی بە خۆیان دەبەخشن. ئەوانە لە ناخی خۆیاندا هەست بە گەورەیی دەکەن کاتێ دەبینن بە کەسێکی لە خۆیان بەبەهاتر سوکایەتیان کردووە، یا زیانیان پێدەگەیاندووە.

"شوپنهاوەر" لەم بارەیەوە بۆچوونێکی جوانی هەیە کە ئەڵێت: (دۆڕاوەکان و شەرمەزارەکان لە هەڵە و هەڵخلیسکانی گەورەکان چێژ وەردەگرن).

بەلای منەوە دژوارە کە سەرۆکی زانکۆیەکی گرنگی وەک زانکۆی "یال" بە کەسێکی ناشایستەی بزانم، بەڵام هەر ئەم سەرۆکی زانکۆیە "تیمون" پێش ئەوەی ببێتە سەرۆکی زانکۆی "یال" لە بە بچووک سەیرکردنی کەسێک کە دەستگیرانی سەرەککۆماری ئەمریکا بوو، چێژی وەردەگرت.

ئەو تەنانەت جارێکیان ڕایگەیاندبوو کە لەوەتەی ئەم کەسە بووەتە سەرۆککۆمار، ژنان و کچانی ئێمە تووشی داوێنپیسی و بەرەڵایی بوون و شەرم و حەیا نەماوە و بەر نەفرەتی خودا و خەڵکی کەوتوون.

ئەگەر ئەم تۆمەتەیان بدایەتە پاڵ هیتلەر لەوانەیە ئەوەندە گرنگ نەبووبێ، بەڵام ئامانجی ئەم تۆمەتە توماس جفرسون سەرۆک کۆماری ئەمەریکا بوو، کە لەقەبەکەی جفرسون جاوید بوو کە نووسەری بڕوانامەی سەربەخۆیی ئەمەریکا و پیاوێکی ئازادیخواز

بوو. ئەم ڕووداوە پەیوەندی بە ساڵانێک لەمەوپێشەوە هەیە، لەوانەیە وا بزانیت کە ڕەوشت و ئادابی خەڵکی گۆڕاوە، بەڵام نەخێر، هێشتاش خەڵکی پەییان بردۆتە کەسانێکی سەرکەوتوتر لە خۆیان و هەوڵ دەدەن و تێدەکۆشن بە ڕەخنەگرتن لەوان خۆیان بە گەورە بزانن.

وەک نموونە دەتوانم ئاماژە بکەم بە شێک لە سەرگوزەشتەی ژەنەراڵ "پی یری" دۆزەرەوەیەکی بەناوبانگ، کە دنیای نوقمی سەرسوڕمان کرد:

دەریاسالار "پی یری" لە 6ی ئەپرلی 1909 بە گالیسکەیەک کە بەهۆی چەند سەگێکەوە کێش دەکرا خۆی گەیاندە جەمسەری باشوور. لەم سەفەرەدا دەریاسالار چەندەها جار بەهۆی سەرما و نەبوونی خۆراکەوە هەنگاوی بەرەو مردن هەڵگرت. پەنجەکانی پێی بەشێوەیەکی وەها سەرمایان بوو بوو خەریک بوون لێ دەبوونەوە و دەقرتان. ئەوەندە کارەسات و بەڵای دوا بە دوای یەکی بۆ نازڵ دەبوو کە ترسەکەی ڕوو بە دێوانەبوون ڕاپێچی دەکرد، بەڵام لە "واشنتۆندا" ئەفسەرەکان ئەوەندە بە خۆشەویستی ئەو ئیرەییان دەبرد، تۆمەتباریان کرد بەوەی کە ئەو بڕێکی زۆر پارەی بەهۆی سەفەرەکانی دۆزینەوە و زانستییەوە کۆ کردۆتەوە کە کاتەکانی خۆی لە ناوچەی جەمسەرەکاندا بە خۆشی و ڕابواردنەوە بەسەر دەبات.

نەخشەی پیلانگێڕەکان لە تۆمەتبارکردنی دەریا سالار بە شێوەیەکی وەها بوو، کە ئەگەر دەستووری "مک کینلی" سەرۆککۆماری ئەو کاتەی ئەمەریکا نەدەبوو، ئەو نەیدەتوانی درێژە بە کارەکەی بدات و لە دۆزینەوەی ناوچەی جەمسەردا سەرکەوتوو بێت. ئەگەر "دەریاسالار پی یری" لە پشت مێزەکەی خۆی لە واشنتۆن دادەنیشت و هەرگیز ڕوو بە ناوچەی جەمسەر نەدەڕۆیشت بەم تۆمەتەوە گرفتار نەدەبوو. ئەویش ئەوەندە گرنگ و بەرچاو نەدەکەوت کە ببێتە مایەی ئەوەی کە خەڵکی ئیرەیی پێ بەرن.

ژەنەراڵ گرانت کە لە ساڵی 1826 بەرزترین سەرکەوتنی پێشکەش بە باکوورییەکان کرد تووشی کارەسات و تۆمەتبارکرنێکی زۆر زیاتر لەوەی دەریا سالار پی یری بوو. ئەو سەرکەوتنەی کە بە دەستی هێنا لە دوای نیوەڕۆیەکدا ژەنەراڵ گرانتی بە قارەمانێکی میللی ناساند -سەرکەوتنێکی درەوشاوە کە هەتا لە دوورترین شوێنەکانی ئەورووپا دەنگی دایەوە و زەنگی کڵێساکانی دەلەراندەوە و لە "مایز" تا "می سی سی پی" نووقمی جەژن و شادی کرد.

لەگەڵ ئەو قارەمانێتییەی کە باکوری بەدەست هێنا بوو، شەش هەفتە لە دوای ئەوە گرتیان و لە فەرماندەیی دایانماڵی. بەڕاست بۆچی ژەنەراڵ گرانتی قارەمان کاتێ کە لەوپەڕی سەرکەوتندا بوو قۆڵبەستیان کرد؟

وەڵامەکەی بەم شێوەیەیە:

چونکە هەستی ئیرەیی و بەخیلی ئەوانەی لە سەرووی خۆیەوە بوون زۆر بوو، ئەوانە هەستیان دەکرد کە خۆیان زۆر لەو کەمترن. ئەگەر لە ڕەخنە و وردە گلەیی بێسەروبەری خەڵکی نیگەرانیت ئەم دەستوورانە پیادە بکە:

خۆتان وا ڕابێنن کە ڕەخنەی بێواتا و بێویژدانانە بە جۆرێک لە پیاهەڵدان و ستایشکردن بزانن کە ڕووخساری خۆی گۆڕاوە. لە بیری مەکە، هیچ کەسێک شەق لە سەگی تۆپیو هەڵنادات.

بەندی بیست و یەکەم

ڕەوشی خۆپاراستن لە ڕەخنە

جارێکیان کە لە گەڵ ژەنراڵ "سمدلی باتلر"، یەکێک لە ئینکارترین ئەو فەرمانداناەی کە هێزی دەریایی ئەمەریکای بەخۆوە بینیوە، ڕووبەڕووبوومەوە و سەبارەت بە ڕابردوو لێم پرسی:

ژەنەراڵ پێی وتم:

(لە دەورانی لاوێتیدا زۆر موشتاق و تامەزرۆی ئەوە بووم، کە خۆشەویستی لای تاک ولای کۆمەڵ بم و ببمە جێگەی سەرنجی خەڵکی. ئەو ڕۆژانە بچووکترین ڕەخنە ئازاری دەدام و نارەحەتی دەکردم، بەڵام ئێستا دان بەوەدا دەنێم کە سی ساڵ خزمەت لە هێزی دەریایدا پێست ئەسووری کردووم.)

ژەنەرڵ لە درێژەی باسەکەیدا بۆی ڕوون کردمەوە: تۆمەتیان دەدایە پاڵم. وەک سەگێک تێیان دەڕوانیم، دەیانوت مارێکی ترسناکم. لە لایەن کارمەندانەوە رووبەڕوومە جێگەی تانە و تەشەر و جنێودان، تەواوی ئەو وشە و جنێوە ناشیرینانەی کە لە زمانی ئینگلیزیدا هەبوو ئاراستەی منیان دەکرد. تا ماوەیەک ئەم وشە ناشیرینانە نارەحەتیان دەکردم، بۆچی؟ خۆشم نازانم، بەڵام ئێستا ئەگەر کەسێک جنێوم پێ بدات هەتا سەریشم وەرناگێڕم تا ئەو کەسە بناسم کە جنێوی پێداوم.

لەوانەیە ژەنەراڵ "بالتر" حەقی خۆی بێت کە لە بەرامبەر ڕەخنەگراندا خۆڕاگر و بەتوانا بێت، بەڵام ڕاستی ئەوەیە کە زیاتر

ئێمە لەو ڕەخنەیەی کە ئاراستەمان دەکرێت ئازار دەچێژین کە واتاکەی گرنگیدانە بە ڕەخنە و ڕەخنەگرتن.

باش لە بیرمە کە سالانێک لەمەوپێش یەکێک لە پەیامنێرەکانی ڕۆژنامەیەک، کە لە نیویۆرک چاپ دەکرا و بڵاو دەکرایەوە، هاتە نێو پۆلە شەوانییەکەمەوە و بە توندی ڕەخنەی لێگرتم.

ئایا من لەم ڕەخنەگرتنە نارەحەت بووم؟ ئایا کارەکەی ئەو منی تووڕە کرد؟ نەخێر، من ئەو ڕەخنەیەم بە سووکایەتیپێکردنی خودی خۆم زانی و دەستبەجێ تەلەفۆنم بۆ سەرنووسەری ڕۆژنامەکە کرد و پێیم وت باشتر وایە لەباتی ڕەخنەگرتنی گاڵتەئامێز خۆت بە شتانێکەوە خەریک بکەیت کە ڕاستیان هەیە.

ڕاستتان بوێت من لەو کاتەدا دەمویست لە نێوان تاوان و پاداشتدا هاوسەنگی بێنمە کایەوە، بەڵام ئێستا کە بیردەکەمەوە تا ئەندازەیەک لە کارەکەی خۆم شەرمەزار و پەشیمانم، بۆچی ئێستا ڕێی پێ دەبەم کە نیوەی ئەو کەسانەی ئەو ڕۆژنامەیەیان کڕیوە ئەو ڕاپۆرتە ڕەخنەئامێزەیان نەخوێندوەتەوە کە سەبارەت بە من نووسراوە، نیوەکەی تریشیان کە خوێندویانەتەوە ڕاپۆرتە ڕەخنەئامێزەکەیان بە جۆرێک لە گاڵتەکردنی بێ ئازار هاتوەتە بەرچاو و بەسەریدا تێپەڕیون.

ئەگەر کەسانێک بووبن بە وردی ڕاپۆرتەکەیان خوێندبێتەوە بە دڵنیاییەوە هەفتەیەک دوو هەفتە لە دوای خوێندنەوەی فەرامۆشیان کردووە، دوای چەند ساڵێک، ئێستا دەزانم کە خەڵکی ئاگایان لە من و تۆ نییە یا ئەوەی سەبارەت بە من و تۆ دەوترێت. ئەوانە تەنها لە بیری خۆیاندان. ئەوانە خۆیان هان دەدەن لەجیاتی بیرکردنەوە لە مەرگی من و تۆ بیر لە دەردەسەرییەکانی خۆیان بکەنەوە. بە بۆچوونی من باشتر وایە لە بەرامبەر دۆستانی گیانی بە گیانیشدا ڕابردووەکان فەرامۆش نەکەین. ئەگەر یەکێک لە دۆستە گیانی بە

گیانییەکانی ئێمە ناهاوڕێیەتی نواند و تۆمەتێکی دایە پاڵمان نابێ ئەوەندە گرنگی پێ بدەین کە کار بگاتە گلەییکردن و زویربوون و نابێ ئەو حەقە بە خۆمان بدەین کە لە بیری تۆڵەسەندنەوەدا بین.

سالانێک لەمەوپێش بوو، کە گەیشتمە ئەو رایەی کە بە هیچ شێوەیەک ناتوانم رێگری لەو وردە گلەییانە بکەم کە خەڵکی ئاراستەمی دەکەن، بەلام دەتوانم کارێکی گرنگتر بە ئەنجام بگەیەنم! دەزانی ئەو کارە چییە؟ بە دڵنیاییەوە نەخێر، کارێکی گرنگتر کە دەمتوانی بە ئەنجامی بگەیەنم ئەوە بوو کە ڕاوێژ بە خۆم بکەم، بزانم لە ڕەخنەگرتنی خەڵکی ناڕەحەت دەبم یا نا.

مۆڵەت بدەن مەبەستەکەم بە وردتر و ڕوونتر بەیان بکەم. مەبەستی من ئەمە نییە کە لە بەرامبەر هەموو ڕەخنەیەکدا بێدەنگ بیت و پشتگوێی بخەیت، مەبەستم ڕەخنەگرتنی زاڵمانە و بێهۆیە کە دەبێ پشتگوێ بخرێت.

کاتێ لە "ئالینور روزولت"، هاوسەری سەرۆککۆماری ئەمەریکا، کە خودا دەزانێ چەندە دۆستی گیانی بە گیانی و دوژمنی سەرسەختی هەبوو، پرسیارم کرد لەگەڵ ڕەخنەی نابەجێدا چی دەکەی؟ ئەم ئافرەتە لە هەموو ئەو ئافرەتانەی کە لە کۆشکی سپیدا دانیشتبوون دۆست و دوژمنی زیاتری هەبوو لە وەلامدا وتی: - لە تەمەنی لاوێتیدا زیاد لە پێویست شەرمەزار و کەم ڕوو بووم و لە قسەی خەڵکی دەترسام. ئەوەندە لە ڕەخنە دەترسام کە بە ناچاری ڕۆژێک بە پورم وت: (پورێ گیان دەمەوێت ئەمە و ئەوە بکەم، بەلام لە قسەی خەڵکی دەترسم).

دەزانی پوری خانمی روزولت چ وەلامێکی دایەوە؟ بە دڵنیاییەوە نەخێر! ئێستاش وەلامەکەتان لە زمانی خانمی "روزولت"ـەوە بۆ دەنووسمەوە:

- پوورم سەیرێکی نێو چاوانی کردم و وتی: (تا کاتێک کە لە ناخی خۆتدا هەست بەوە دەکەیت کە حەق بە تۆیە هەرگیز لە قسەی خەڵکی نیگەران و نارەحەت مەبە.)

خانمی ڕوزولت دوا بە دوای ئەوە بۆی ڕوون کردمەوە:

- ئەم وتە و ڕێنماییانەی پورم، لە دوای ئەوە، تا کاتێک کە لە کۆشکی سپیدا بووم منی وەک بەردێکی لەبن نەهاتووی (جبل الطارق) لێکرد لە بەرامبەر ڕەخنە و وردە گلەییە نابەجێکانی خەڵکیدا.

خانمی ڕوزولت لە دوای ئەوە شێوازی کارەکانی خۆی بۆ ڕوون کردمەوە

- بە ئەزموون گەشتمە ئەو ڕایەی کە باشترین ڕێگە بۆ خۆپاراستن لە ڕەخنەی خەڵکی ئەوەیە کە وەک بووکە شوشەی چینی بێدەنگ و وەستاو، لەسەر تاق دانراو بمێنینەوە و بە شێوەیەک بین کە نە ببینین و نە ببیستین و نە وەڵام بدەینەوە! خانمی ڕوزولت لە قسەکانیدا ئەم ئەنجامەی دەستەبەر کرد.

- هەر کارێک کە لە دڵی خۆتدا بە ڕاستی دەزانیت پراکتیزەی بکە و گوێ بۆ قسەی خەڵکی ڕامەدێرە، چونکە بتەوێ و نەتەوێ دەبیتە جێگەی ڕەخنە، هەتا ئەگەر ئەو کارەشت پراکتیزە نەکردبێت.

کاتێ کە لە "ماتیو براش"، سەرۆکی کۆچکردووی (ئەمەریکن ئینتەر ناشناڵ)، کە لە "وال ستریت" بوو، پرسیم : (ئایا تا ئێستا سەبارەت بە ڕەخنەگرتنی خەڵکی هەستیار بووی یان نا؟)

لە وەڵامدا وتی:

- لە سەرەتادا زۆر هەستیار بووم. حەزم دەکرد تەواوی کارمەندەکانم وا بزانن کە من کەسێکی تۆکمە و بێ عەیبم و کاتێک هەستم بەوە کرد کە ئەوان بە گوێرەی خواست و ویستەکانی من

ناجووڵێنەوە زۆر نارەحەت بووم. سەرەتا هەوڵم دەدا کەسێک قایل بکەم کە لە دژی من قسەی کردووە، تا لێم ڕازی بێت، بەڵام ئەم کارەی من بوو بە هۆی ئەوەی کە کەسانێکی تر بێنێتە جۆش. کاتێ دەهاتم کەسی دووەم ڕازی بکەم، داد و بێداد لە چەند کەسێکی تر بەرز دەبوویەوە.

بەهەرحاڵ، گەیشتمە ئەو ئەنجامەی کە بە هەوڵدانم بۆ ئامادەکردنی وەڵام بۆ ئەو ڕەخنانەی کە ئاراستەم دەکران کۆمەڵێک دوژمنی ترم بۆ خۆم زیاد دەکرد، بە خۆمم وت: (پیاو! ئێستا کە سەرت لە خەڵکی بەرزتر ڕادەگریت بە دڵنیاییەوە دەبیتە جێگەی ڕەخنە، کەوایە بۆچی خوو ناگریت بەم حاڵەتەوە و لەگەڵ ئەم بیرۆکەیەدا ڕێک ناکەویت؟)

لە ئاغای "ماتیو براش"م پرسی:

- دەستکەوتی ئەم بڕیارە چی بوو؟ ئایا بەسوود بوو یان نا؟

ئاغای "ماتیو براش" بە ئارامی و خوێنساردیەوە سەیرێکی نێو چاوانی کردم و وتی:

- ئامادە نیم بۆتی ڕوون بکەمەوە کە ئەنجامەکەی تاچەندە بەسوود بووە! دوای ئەوە بوو کە بەڵێنم بە خۆم دا کە کارەکانم بە باشترین شێواز ئەنجام بدەم و چەتری بێلایەنی هەڵبدەم تا لە بارانی ڕەخنەگرتن لە ئەماندا بم و پارێزراو بم! " دیمز تایلور" لەو ئاستە بەرزتر بوویەوە.

ئەو مۆڵەتی دەدا کە بارانی ڕەخنە بباریێ بە سەر و ملیدا و هەموو گیانی تەڕ بکات و لە دوا بە دوای ئەوە لە کۆڕ و کۆبوونەوەکان و لە بەرامبەر خەڵکیدا بە شێوەیەکی گاڵتەئامێز و پێکەنین لە قەڵەمی دەدا.

لە هەمان کاتدا کە ئەو هاوکات لە کۆنسێرتێکی ڕادیۆیی اکستر (فیلارمونیک سمفونی نیویورک) کە بیر و بڕوای خۆی بەیان دەکرد،

ئافرەتێـک لە نامەیەکـدا کە بـۆی نـاردبوو ئەوی بە درۆزن، خـائین، دواکەوتوو، دووڕوو، مار ئاسا، نەفام و بێ ئەقڵ و... لە قەڵەم دابوو.

تـایلور لە دوای ئەوە لە کتێبێکیـدا بە نـاوی (مـرۆڤ و مۆسـیقا) سـەبارەت بەم نـامەیە نووسـی: لە بەئاگـایی ئەم ئـافرەتەی کە ئەم نامەیەی بۆ من نووسیوە گومانم هەیە!

بەڵام تـایلور نـامەکەی لە سـەرەتاوە تـا کۆتـایی لە بەرنامەیەکدا کە هەفتەی دوایی بڵاوکرایەوە خوێندەوە و چەند ملیۆن بیسـەر گوێیـان بۆ ڕادێرا و تۆمەت و ڕەخنەکانی ئەو ئافرەتەیان بیست.

چەند ڕۆژێک دوای ئەوە نـامەیەکی تری لە لایەن هەمـان ئـافرەتەوە بەدەسـت گەیشـت کە تیایـدا نووسـی بـووی: (بەرنـامەکەتم بیسـت و دەزانـم کە نـامەکەت وەک خـۆی خوێنـدەوە، بەڵام دیسـانەوە تـۆ بە درۆزن، خیانەتکار و نەفام دەزانـم، لەو بیروبڕوایە بە هـیچ شـێوەیەک پاشگەز نابمەوە.) تایلور نامەکەی ئەو خانمەی جارێکی تر لە بەرنـامە ڕادیۆییەکانـدا خوێنـدەوە، بەڵام ئیتـر نـامەیەک بە دەسـتی تـایلور نەگەیشت.

ئەو بەم شـێوازە لە بەرامـبەر بـارانی زریانئاسـای ڕەخـنەدا ڕووبەڕووبوویەوە و لە پێ نەکەوت کە ئەمەش جێگەی ئـافەرینکردنە. بەردەوامـی و خـۆڕاگری و گـاڵتەچیەتی تـایلور لە هەمـوو بـوارێکەوە ڕەخنەگرانی دەمکوت دەکرد.

"چـارلز شـواب"، ڕۆژێکیـان لە بەرامبەر خوێندکارەکانیدا کە گوێیـان بۆ وتووێژەکەی ڕادەدێرا لە پرینستون، دانی بەوەدا نـا کە گەورەتـرین وانەی ژیـانی لە پیرەمەردێکـی ئەڵمـانییەوە فێـر بـووە کە لە کارخانەیەکی پۆڵاسازیدا کاری دەکرد.

"چارلز شواب" لە ڕوونکردنەوەیدا وتی:

- ئەم پیرەمێردە لەگەڵ کارگەرەکانی تردا سەبارەت بە جەنگ و ستیز دەمەقاڵەی دەکرد، کارگەرەکان هەر بە جلوبەرگەکەی خۆیەوە هەڵیاندایە ناو دەریاوە.

ئەو کاتێ لە ناو ئاوەکە هاتە دەرەوە بەو سەروو شکڵەیەوە هاتە نێو دەفتەرەکەی من، کە شکات بکات، لێم پرسی: (چیت بەو پیاوانە وت کە تۆیان خستە نێو دەریاوە؟)

پیرەمێردەکە بە زاراوەی ئەڵمانی وتی: (هیچ! تەنها پێکەنیم).

شواب دەڵێت:

- من وتەی ئەم پیرەمێردەم کردە سەرمەشقی ژیانم و (تەنها پێکەنیم)!

ئەم شیعارە کاتێ کاریگەریەکەی دەردەکەوێت کە تۆ لە بەرامبەر رەخنە و وردە گلەیی نابەجێی خەڵکیدا رووبەڕوو بوویتەوە. تۆ دەتوانیت وەڵامی کەسانێک بدەیتەوە کە وەڵامی رەخنەکانتی دابێتەوە، بەڵام چی بە کەسێک دەڵێیت کە تەنها پێدەکەنێت؟ لینکلن ئەگەر پەی بە بێهوودەیی وەڵامدانەوەی رەخنەی نابەجێ نەدەبرد لەژێر فشاری جەنگی دەروونیدا ورد دەبوو.

لینکلن لەم بارەیەوە دەنووسێت: (... ئەگەر کاتی خۆمم تەنها سەرفی خوێندنەوەی نامەی رەخنەئامێز بکردایە، بەبێ ئەوەی وەڵامیان بدەمەوە، هیچ کاتێکم بۆ نەدەمایەوە).

کەوایە بە باشم زانی کارەکانم بە باشی بەئەنجام بگەیەنم، ئەگەر نەتیجەی کارەکە باش بوو کەوایە ئەوەی لەبارەی منەوە وتراوە گاڵتەپێکردن و بێهودەیە و ئەگەر نەتیجەی کارەکەشم خراپ بوو ئەوە بە سوێندخواردن و شایەتی فریشتەکانی ئاسمانیش چاکی و پاکی کارەکانم ناخرێتە روو و کاریگەریشی لەسەر کەس نابێت.)

کـاتێ کە ڕووبەڕووی هێرشـی ڕەخـنەی نـابەجێ دەوەسـتینەوە باشتر وایە ئەم دەستوورانە بە یاد بێنینەوە و کاریان پێ بکەین:

کـاری خـۆت بە شـێوەیەکی بـاش بە ئەنجـام بـگەیەنە لە دواییـدا چەتری کۆنەی خـۆت بەسـەر سـەرتەوە بگرە تـا دڵۆپەکـانی بـارانی ڕەخنە نەتوانێت تەڕت بکات.

وتەی پیرەمەردە ئەڵمانیەکەش لە بیر مەکە: (تەنهـا پێکەنیم!) تۆیش (تەنها پێبکەنە.)

بەندی بیست و دوو

نەفامییەکانی من

لە یەکێک لە تاقەکانی کتێبخانەکەمدا دەفتەرێک بەرچاو دەکەوێت کە ڕووکەشی نەفامییەکانی منی لە ئەستۆ گرتووە. لەم دەفتەرەدا ئەو هەڵانەم تۆمار کردووە کە بەئەنجامم گەیاندوون. زۆربەی کاتەکان ئەو هەڵانەی کە ئەنجامم دابوون بۆ نووسەرەکەمم دەگێڕایەوە و ئەویش تۆماری دەکردن، بەڵام هەندێ جار هەڵەکان ئەوەندە سەرشێتانە بوون کە شەرمەزار بووم لەوەی کە نووسەرەکەم تۆماریان بکات، بۆیە بە ناچاری خۆم تۆمارم دەکرد. هەندێ جار کە بوارێکم بۆ دەڕەخسا ئەم دەفتەرەم لە تاقەکە دەهێنایە خوارەوە و سەرقاڵی خوێندنەوەی دەبووم. لە ڕێگەی خوێندنەوەی هەڵەکانەوە سەرکەوتوو دەبووم، لە دۆزینەوەی ڕێگە چارەی گونجاو بۆ ساڕێژکردنی هەڵەکان و بۆ ئەوەی بە خۆمدا بچمەوە.

هەڵبەتە دەمەوێ ئەوەش بە بیر خۆم بێنمەوە کە من سەبارەت بە خۆم مرۆڤێکی دروستکار نەبووم، چونکە ئەگەر لەگەڵ خۆمدا ڕاستم بکردایە دەبوایە ئێستا دەیان دەفتەرم سەبارەت بە نەفامییەکانی خۆم هەبوایە. تەنها لەم ڕوانگەیەوە دەتوانم نووسراوەکەی "سال" کە سێ سەدە بە سەر نووسینەکەیدا تێپەڕیوە بەسەر بکەمەوە و بڵێم بەڕاستی بە تەواوەتی ئەمە حاڵی منە. "سال" سێ سەدە لەمەوپێش نووسیبووی: (من دووچاری هەڵە و تاوانێکی زۆر بووم.)

کاتێ کە دەفتەری نەفامییەکانی خۆم دەردەهێنم کە پێویستم بە یارمەتی ئەوانە هەیە! هیچ نەبێ لەوانەیە بپرسی مەگەر مرۆڤ

دەتوانێت پێویستی بە نەفامییەکانی خۆی هەبێت؟ بەڵێ، من کە یارمەتی و سوودێکی زۆرم لەم نەفامییانە وەرگرتووە.

بەلایەنی کەمەوە یارمەتیدانەکەی ئەوە بوو، کە هیچ نەبێ ڕێگریی ئەوەی لێ دەکردم کە چیدی ئەو هەڵە و نەفامییانە یان هاوشێوەکەیان دووبارە نەکەمەوە.

یارمەتی لەمە گەورەتر دەبێ چی بێ؟

سالانێک لەمەوبەر، وەک پیشەی هەمیشەیی خەڵکیم بە بەرپرسی کێشە و ئاستەنگەکانی خۆم دەزانی و ئەوانم تاوانبار دەکرد لە دوایدا ژیرتر بووم، بە ئەزموون و تەحلیلکردن شوێنەوارەکانم دەستگیر بوو کە خۆم بوومەتە هۆی کێشە و بەدبەختیەکانم و ئەم ئەزموونەشم لە تۆمارکردنی نەفامییەکانمەوە دەستەبەر کرد.

کەسانێکی زۆری وەک من، کاتێ کە گەورە و عاقڵ دەبن لەم مەسەلەیە تێدەگەن و ڕووبەڕووی سەرشێتیەکان و نەفامییەکانی خۆیان دەبنەوە، بەلام کۆمەڵێکی تریش هەن کە هیچ کات بەم قۆناغە ناگەن. یەکێک لەو کەسانەی کە بەم قۆناغە گەشت ناپلیۆن بوو.

ئەو لە کۆتاییدا گەشتە ئەم قۆناغە کە وای لێهات کە دان بەوەدا بنێت و ئیعتراف بکات: هیچ کەسێک جگە لە خۆم بەرپرسی تێکشکانەکانم نییە! من گەورەترین دوژمنی سەرسەختی خۆم و هۆی چارەنووسی دەردناکی خۆمم، بەلام بەداخەوە ئێستا پەیم بەم ڕاستییە بردووە. لێرەدا مەبەستمە پیاوێک بە ئێوە بناسێنم کە لە ڕێگەی هەستکردن و پەیبردن بە هەڵەکانی خۆی و چاکسازیکردنیان بە پلەیەک گەیشتووە کە دەتوانم بڵێم هونەرمەندێکە. ناوی ئەو پیاوە "هاول" بوو.

کاتێک کە هەواڵی مردنی لەناکاوی ئەو کە لە میوانخانەی "ئامباسادور"ی نیویۆرک ڕوویدا، لە شاردا بلاوبوویەوە لە هۆڵی

بازرگانی "وال ستریت" هاوار بەرپا بوو. هاول وەک بەڕێوەبەرێکی کارای یەکێک لە بانکە ناودارارە باوەڕپێکراوەکان ناتوانرێ لەبیر بکرێ. ئەم پیاوە کە بەڕێوەبەرایەتی چەند کۆمپانیایەکی تریشی لە ئەستۆ گرتبوو کە لە دەوران و سەردەمی منداڵی و پێگەشتنیدا بڕوانامەیەکی ئەوتۆی نەبوو.

هاول ژیانی کۆمەڵایەتی خۆی بە نووسەری لە یەکێک لە کۆگاکانی دەرەوەی شاردا دەست پێ کرد. لە قۆناغی دواییدا ئەو توانی بەڕێوەبەرایەتی دایرەی باوەڕپێکراوی پۆڵاسازی بگرێتە ئەستۆ لە وڵاتە یەکگرتووەکانی ئەمەریکا و ڕێگەی شانازیکردن و پەرەپێدان دەست پێ بکات و بە سەرکەوتوویی هەنگاو بە هەنگاو بۆ پێشەوە بڕوات.

لە کاتێکدا کە هاول لە لوتکەی سەرکەوتندا بوو ڕۆژێکیان هۆی سەرکەوتنەکەیم لێ پرسی و ئەویش لە وەڵامدا وتی:

- ماوەیەکی زۆرە دەفتەرێکی بچووکی یاداشتم تەرخان کردووە بۆ تۆمارکردنی ئەو کارانەی کە ئەنجامیان دەدەم، هەموو ڕووداوێک - هەتا بێ بایەخیش- لەو دەفتەرەدا تۆمار دەکەم. خانەوادەی من لە بوونی ئەم دەفتەرە و شێوازی کارەکەم بەئاگان، شەوانی شەممە بەرنامەیەکی تایبەتی وایان هەیە کە پێویستی بە بوونی من نییە، چونکە دەزانن ئەو شەوە هەموو کاتەکانی من تایبەت کراوە بە بەدواداچوونی یاداشتەکانم. ئەو شەوە بە خوێندنەوە و تەحلیلکردنی ئەو یادداشتانەدا بەسەر دەبەم کە بە درێژایی هەفتەیەک ئەنجامم داون و تۆمارم کردون. بەو شوێنانەدا دەچمەوە کە لە ماوەی ئەو هەفتەیەدا سەردانم کردوون و بیر لەو بەڵێنانە دەکەمەوە کە داومن و لە ژوورەکەی خۆمدا کە وەک هەمیشە بێدەنگ و ئارامە دێم و دەچم و بیر لەو کارە هەڵانە دەکەمەوە کە لە ماوەی ئەو هەفتەیەدا پراکتیزەم کردون و هەوڵ دەدەم بۆ چاکسازی و قەرەبووکردنەوەیان

ڕێگەیەک بدۆزمەوە تا لە هەڵەکانم دەرس وەربگرم! هەندێ کات ئەم کارە ماندووم دەکات و لە زۆری هەڵەکانی خۆم سەرسام دەبم. ئەوەش بڵێم کە سەرئەنجام هەڵەکانم کەمتر بوونەتەوە.

هاول وەک ئەوەی سەبارەت بە کارێکی سادە و دواکەوتوو دەدوێت، سەیرم دەکات و درێژەی پێ دەدات:

- هەڵبەتە دەبێ دان بەوەدا بنێم و ئیعتیراف بکەم، کە ئەم ڕەوشە بە جۆرێک لە تەزکیەی نەفس ئەنجام دەدرێت و ئێستا کە بیری لێ دەکەمەوە دەزانم دوای ساڵانێک ئەم کارە سوودێکی زۆری بە من گەیاندووە و قازانجێکی زۆری بۆ من هێناوەتە ئاراوە. پێدەچێت "هاول" لە "فراکلین"ـەوە، ئەم شێوە بیرکردنەوەیە فێر بووبێت دوای ئەوەی کە زانی شێوازێکی بەسوودە هەنگاوی لە بارەیەوە هەڵگرت، بەڵام "فراکلین" لەگەڵ ئەودا یەک جیاوازی هەبوو، ئەوەش ئەوە بوو کە فراکلین تا عەسری ڕۆژی شەممە ئارامی نەدەگرت تا بە هەڵە و کەموکورتیەکانیدا بچێتەوە و چاکسازیان تیادا ئەنجام بدات.

فراکلین بەبێ موبالەغە هەموو شەوێ کارەکانی خۆی کۆنترۆڵ دەکرد و دەیخستنە ژێر چاودێریەوە و هەوڵی چاکسازی و قەرەبووکردنەوەی دەدان. فراکلین 13 عەیبی گەورەی لە خۆیدا دۆزیبوویەوە، کە بەردەوام هەوڵی دەدا لەگەڵ ئەو 13 عەیبەدا ڕووبەڕوو بێتەوە.

من لێرەدا تەنها سێ عەیبی ناو دەبەم:

1. بەفیڕۆدانی کات.
2. نیگەرانبوون بۆ کاری لاوەکی.
3. مشتومڕکردن و بەربەرەکانیکردن لەگەڵ خەڵکیدا.

فراكلين زۆر بە زوویی گەیشتبووە ئەو بڕوایەی کە تا کاتێک زاڵ نەبێت بەسەر ئەو عەیبانەیدا بە تایبەت ئەو سێ عەیبەی سەرەوە ناتوانێت سەرکەوتن لە ئامێز بگرێت. فراكلین دوای دۆزینەوە و کەشفکردنی عەیبەکانی خۆی هەر هەفتەیەکی تەرخان کردبوو بۆ ڕووبەڕوو بوونەوەی یەکێک لەو عەیبانە، هەڵبەتە هەمیشە چۆنیەتی ئەو نەبەردییە و ئەنجامەکەی تۆمار دەکرد. ڕووبەڕووبوونەوەی بەردەوامی فراكلین (هەر هەفتەیەک لەگەڵ عەیبێکدا) ماوەی دوو ساڵ درێژەی کێشا.

بەڕاستی دەبێ سەرسام بین لەوەی کە ئەم ڕووبەڕووبوونەوە و بەردەوامییە بوو کە فراكلین بووە خۆشەویستترین کەس لە ئەمەریکادا! داواکارییەکانی "ئالبرت هابارد" لە خوارەوە باس دەکەین: هەموو کەسێک لە شەو و ڕۆژدا بە لایەنی کەمەوە پێنج خولەک کاری سەرشێتانە و نەفامانە ئەنجام دەدات، کەسێک عاقڵ و ژیرە کە هەوڵ بدات کاری سەرشێتانەی لەم سنوورە تێنەپەڕێت و هەوڵی ئەوەش بدات کە کەمتری بکاتەوە. مرۆڤی سینە تەسک لە ڕەخنەی بچووک و بێبایەخیش هەراسان دەبێت، بەڵام مرۆڤی عاقڵ و ژیر لە ڕەخنەی نەیاران و ناحەزان وانەیەک فێر دەبێت و ڕێگەیەک بۆ ڕەخنە ناهێڵێتەوە.

با سەرنج بدەینە یەکێک لە سروودەکانی "والت ویتمن"ـی شاعیری گەورەی ئەمەریکایی: ئایا ئێوە وانەی ژیان تەنها لە کەسانێکەوە فێر بوون کە بە ویستی ئێوە جووڵاونەتەوە؟

بیرو باوەڕتان دەستەمۆ دەکەن؟

لەگەڵتاندا میهرەبانن؟

ئایا ئێوە وانەی ژیان تەنها لە کەسانێکەوە فێر بوون کە وەک شاخێکی خۆڕاگر ڕاوەستاون؟

ئافەرینیان نەکردووە بۆ پەندە بێ بایەخەکەتان، مشتومڕتان لەگەڵ دەکەن تا لە تێکشکان و بیروڕا هەڵەکەتان تێبگەن؟

دەبێ بۆ فێربوونی وانەی ژیان بە تەپوتۆزی سەر ئاوێنە دڵخۆش نەبین، کە ڕوخسارمان بە لێڵی پیشان دەدات! ئەگەر تەپوتۆزەکە ڕامالرا چڵکی ڕوخسارمان دەردەکەوێت، هەم لە ڕووخساری ئاوێنە و هەم لە ڕوخساری خۆمان، نا نازین بەو کەسانەی کە دەزانن ڕێگەکانمان دروست نییە، دڵخۆش نەبین بەوەی کە خەڵکی نازانن کە نازانین، ئاشتی بکەین لەگەڵ ئەو کەسەدا کە دەزانێت نازانین و دەیەوێت بزانین! "والت ویتمن" باوەڕی وایە، ئەگەر ڕێگە بە ڕەخنەگرانی دروستکەر بدەین تا لاوازییەکانمان پیشان بدات و پەردەیان لەسەر لابەرێ، ئەوا دەتوانین هەوڵی تەواوی خۆمان بخەینەگەڕ بۆ چاکسازیکردنیان.

"داروین" یەکێک بوو لەو کەسانەی کە لە ڕەخنەگرتن بەهرەمەند دەبوو. ئەو ماوەی پانزە ساڵ هەوڵی دا تا توانی کتێبە زیندووەکەی بە ناوی (بنیادنانی جۆراوجۆر) تەواو بکات، چونکە دەیزانی بیروبۆچوون و بیردۆزە تۆمارکراوەکانی ناو کتێبەکەی دەنگەدەنگ و هاوارێکی زۆر لە جیهانی داناییاندا دێنێتە ئاراوە، نزیکەی پانزە ساڵی تر لە کاتی خۆی تەرخان کردبوو بۆ ڕەخنەگرتن لە کارەکەی و بابەتی ڕەخنەی ئەگەری خستە ئەو لاوە.

ئەگەر کەسێک بە دێوانە و نەزان لە قەڵەمت بدات چ کاردانەوەیەکت بەرامبەری دەبێت؟ تووڕە دەبیت؟ لێی هەڵدەگەڕێیتەوە و بە گژیدا دەچیتەوە؟ بە بێدەنگی دەمێنیتەوە و سەیری دەکەیت؟

منیش وەک ئێوە لە کاتی هەڵچوونمدا نازانم چ کاردانەوەیەک پیشان دەدەم، بەڵام باشتر وایە بزانین "ئابراهام لینکلن" لە وەها حاڵەتێکدا چی دەکرد: ڕۆژێک "ئاوورارد استانتون"، ئەوی بە نەفام لە قەڵەم دا، هۆیەکەشی ئەوە بوو کە وەک ئەو پۆستی وەزارەتی جەنگی لە

ئەستۆ گرتبوو، ئەمەش نابێت تەنها لەبەر خاتری ڕەزامەندی سیاسەتمەدارێک دەستووری گواستنەوەی چەند کۆمەڵێک سەرباز دەربکات.

"ئاستانتون" کە لە کاتی ئەوپەڕی تووڕەییدا ئەم قسەیەی کردبوو، نەک تەنها دەستوورەکەی "لینکلن"ـی پراکتیزە نەکرد، بەڵکوو لە دووپاتکردنەوەی قسەکانی ڕابردوویدا سوێندی خوارد و وتی کە لینکلین نەک تەنها نەفامە بەڵکوو دێوانەیشە.

بەڕاست وا دەزانیت دوای دڵنیابوونی ئاستانتون چی ڕوویدا؟ واتە کاتێک ئەم قسانە گەشتە گوێی سەرۆککۆمار کە "ئابراهام لینکلن" بوو، چ کاردانەوەیەکی پیشان دا؟

هیچ نەبێ وا دەزانی باڵاترین پایەی بنەڕەتی وڵاتێک لەبەر ئەوەی بە شێت و نەفام لە قەڵەمیان داوە کاردانەوەیەکی زۆر توندی پیشان داوە؟ چونکە حەقیش وایە وابێت، ئەو نەک تەنها لەبەر کەسایەتی خۆی، بەڵکوو بەهۆی خەڵکیەوە کە ئەو ڕابەرایەتی دەکردن سووکایەتیکردن بە ئەو واتە سووکایەتیکردن بە خەڵکی بۆیە دەبووایە کاردانەوەی پیشان بدایە، بەڵام "ئابراهام لینکلن" بە بیستنی قسەکانی "ئاستانتون" بە ئارامی و خوێنساردییەوە وتی:

- ئەگەر ئاستانتون منی بە دێوانە و نەفام لە قەڵەم داوە، ڕاستی کردووە، من نەفامم، چونکە قسەکانی ئەو لە هەموو ڕوانگەیەکەوە ڕاست بووە، ئێستا خۆم دەڕۆم و مەسەلەکە تاوتوێ دەکەم! لینکلین بەوپەڕی ئارامی و خوێنساردییەوە بۆ بینینی ئاستانتون ڕۆیشت. وەزیری جەنگ بۆی ڕوون کردەوە دەستوورێک کە دەریکردووە بە هەڵە بووە. "لینکلین"یش دەستبەجێ وەڵامی دایەوە و قسەکەی پێ بڕی و داوای لێبوردنی لێ کرد. "ئابراهام لینکلن" بەو ڕەخنانە قایل دەبوو کە بێ کینە ئاراستەیان دەکرد و مەبەستیان هاوکاریکردنی بوو و موراعاتی هەموو بابەتێکی ڕاست و دروستی دەکرد.

باشتر نییە ئێمەیش ڕەخنەی بێ کینە و ڕق لە ئامێز بگرین؟

بیروبۆچونی من ئەمەیە کە هیچ یەکێک لە ئێمە ناتوانێت ڕایگەیەنێت کە سێ لە چواری کارەکانی ڕاست و دروستە. ئەگەر لەم سنوورەدا بین، کە لە هەر چوار، کار سێ کارمان ڕاست و دروست بێت ئەوا مرۆڤێکی کارزان و چلاکین و نابێ گلەیی ئاراستەی خۆمان بکەین.

"ئەنیشتاین" کە لە گەورەترین زانایان و دانایانی ئەم سەدەیە بوو، باوەڕی وایە کە 99% لە بیرۆکەکانی ڕاست و دروست نەبووە و بە 1% ڕاستی بیرۆکەکانی وەها شوێنێکی لە سەدەی تەکنۆلۆژی و پێشکەوتنی زانستیدا بەدەست هێناوە.

"لاروشفوکلد"، نووسەری فەرەنسی دەڵێت: بیروبۆچوونی دوژمنان و ناحەزان سەبارەت بە ئێمە لە ڕاستیەوە نزیکترە تا بیروبۆچوونی خۆمان سەبارەت بە خۆمان.

من دەزانم بۆچوونەکەی "کلد" لە زۆربەی بوارەکاندا ڕاست و دروستە، بەڵام کاتێ دەکەومە بەر لێشاوی ڕەخنەوە، بەبێ ئەوەی بیر لەوە بکەمەوە کە بەرامبەرەکەم چی دەڵێت و مەبەستی لە ڕەخنەگرتنەکەی چییە، دەستبەجێ پارێزگاری لە خۆم دەکەم. لە وەها حاڵەتێکدا بێز لە خۆم دەکەمەوە. هەموو یەکێک لە ئێمە ئەم حاڵەتەی هەیە کە کاتێ ڕەخنەمان لێ دەگیرێت تێکدەچین و خۆمان لە ڕەخنەگرتن دوور دەخەینەوە و بە شانوباڵی خۆماندا هەڵدەدەین لە کاتێکدا کە نازانین ئەم بەخۆداهەڵدانە واقعیەتی هەیە یان نا، یان ئێمە شایستەی ئەم بەخۆداهەڵدانە هەین یان نا! ئێمە دروستکراو و بەرەنجامی مەنتق نین، بەڵکوو زادەی ئیحساساتین. عەقڵ و مەنتقی ئێمە وەک کەشتیەکی چارۆکەدارە لەنێو دەریایەکی بێسەروبن و تاریکدا، زریانی ئیحساسات بە دەستی هەوا و شەپۆلەوە بۆ هەموو لایەکی دەبات و ئەگەر زریانەکە سەرنگون و نوقممان ناکات ئەوا شانس یاوەرمانە.

له بەنـدەکانی ڕابـردوودا ئەوەم بـۆ بـاس کـردن کە لە بەرامـبەر ڕەخنەی بێجێدا چی بکەن و کاردانەوەتـان چـۆن چـۆنی بێت، لێرەشدا دەمەوێـت ڕێگەیەکـی تـر کە بە بیرمــدا هــاتووە بـۆ تـۆکمەکردنی داواکاری بەندەکانی ڕابردوو زیـاد بکەم: کاتێک کە هەست دەکەیت بوونەتە نیشـانەی تیـری ژەهـراوی بێجـێ و نـاڕەوا، باشـتر نییە پەلە نەکەن و فەرمان دەرکەن بۆ خۆتان و پراکتیزەی بکەن؟

ئێوە دەتوانن بە خۆتان بڵێن:

- تەنها خولەکێک ئارام بگرە.

دوای ئەوەی ئارامگرتن دەستی پێ کرد بە خۆتان بڵێن:

- خۆم دەزانم کە مرۆڤێکی 100% تۆکمە نیم، بۆچی پێم وابێ کە 100% تۆکمە و تەواوم؟

قۆناغی دوای ئەم پرسیارە دەتوانن بە خۆتان بڵێن:

- کـاتێ "انیشـتاین" دانـی بەوەدا نـا و ئیعتیرافـی کـرد کە 99% لە هەڵەدایە، کێ دەڵێ کە من 80% لە هەڵەدا نەبم؟

دیسانەوە ئارامگرتن بەردەوامە و درێژەی هەیە.

- بەم مەرجـانە لەوانەیە مـن شایسـتەی ئەم ڕەخنەلێگـرتنە بـم! ڕەخنەیەک کە زۆری نەمابوو تووڕەت بکات، لێکۆڵینەوەی لەسـەر بکە و بە دوایـدا بچـۆ، ئەگەر زانیـت و بـۆت دەرکەوت کە هەڵە لە لایەن تۆوە سەرچاوەی گرتووە بڵێ:

- ئێسـتا کە هەڵەم کـردووە سوپاسـی ڕەخنەگـران دەکەم و هەوڵ دەدەم لە ڕەخنەکانیان بەهرەمەند بم.

"چـارلز لاکمـن" بەڕێوەبەری کۆمپانیـا، سـاڵانە زیـاد لە یەک ملیـۆن دۆلار خەرجـی ڕاگەیانـدن دەکـات (پەیوەنـدی بە کـاتی ڕازانـدنەوەی کتێبەکەوە هەیە، چونکە ئەمڕۆ یەک ملیۆن دۆلار بۆ ڕاگەیاندن بڕێکی

بەرچاو نییە.) چارلز لاکمن هەرگیز بایەخ نادات بە نامەی هاندەرئامێز کە لە بەرنامەکـانەوە یـا لە ڕوانـگەی تـرەوە کە پیایـدا هەڵـدەدەن و نایانخوێنێتەوە، ئەو تەنها بایەخ بە نامەی ڕەخنەئامێز دەدات، چونکە دەزانێت لە ڕێگەی ئەم ڕەخنـانەوە دەتوانێت خاڵە لاوازەکانی دیاری بکات و هەنگاوی چاکسازی هەڵگرێت.

کۆمپانیای "فۆرد" (کە پێویست بە ناساندن ناکات) بە ئەندازەیەک بە کەشفی عەیبەکانی خۆیەوە وابەستەیە، کە سەرەنجام داوای بیرۆکەی لە کارمەندە بەئەزموونەکانی و تازە کارەکانی خۆی کرد و داوای لێ کردن کە کۆمپانیاکە بخەنە ژێر ڕەخنەوە و عەیبەکانی تاوتوێ بکەن.

لە ڕابردوویەکـی نەک زۆر دوور کەسـێک دەناسـم کە سـابوونی دەفرۆشت. لە تایبەتمەندیەکانی ئەم کەسە کە بوویە هۆی ئەوەی ئەو لە بیـر نەکەم، ئەمەیە کە بە تکـا و پـاڕانەوە لە خەڵکـی دەویسـت ڕەخنەی لێ بگرن. ئەم کەسە بۆی باس کردم:

- سـەرەتا کە دەسـتم بە فرۆشـتنی سـابوون کرد، ئەوەنـدە داواکـار کەم بوو لە نیگەرانیدا خەریک بوو واز لەم کارە بێنم.

دوای ماوەیەک تێگەیشتم کە ناتەواوی کارەکە دەبێ لە منەوە بێت، چونکە دەمزانی جۆر و نرخی ئەو سابوونانەی کە پێشکەشـی دەکەم هیچ عەیبوعارێکی نییە.

ئەم سابوونفرۆشـە لە دریـژەی ڕوونکـردنەوەی حـاڵەتەکەی خۆیـدا وتـی: کـاتێ سـەرکەوتوو نەدەبـووم لە فرۆشـتندا دەسـتم دەکـرد بە ڕێگەکـردن و بیرکـردنەوە تـا بەڵکـوو عەیبـی کـارەکەم بـدۆزمەوە. جارێکیـان دوای مـاوەیەک ڕێکـردن چـوومە لای تاجرێـک، کە چەنـد کاتژمێرێک لەمەوپێش بۆ مامەڵەکردن چووبوومە لای پێم وت:

(نەهاتووم کە سابوون بفرۆشم، بەڵکوو هـاتووم ئامۆژگاریم بکەیت و گـوێ بـۆ ڕەخنەکانـت ڕادێـرم! تکـات لـێ دەکەم، پـێم بڵـێ چەنـد

کاتژمێرێک لەمەوپێش کە بۆ فرۆشتنی سابوون هاتمە لات چ کەموکورتیەک لە کارەکەمدا هەبوو؟ تۆ زۆر لە من بەئەزموونتری و لە هەمان کاتدا لە کارەکەتاندا سەرکەوتوویت، تکا دەکەم بەبێ بچووکترین نارەحەتی رەخنەکانت سەبارەت بە من بەیان بکە.)

ئەم کارە بوویە هۆی ئەوەی دۆستێکی زۆر و ئەزموونێکی زۆر بەدەست بهێنم. لەوانەیە بپرسی ئەم کارەی چ سەرەنجامێکی هەبوو و لەم کارەی چ سوودێکی بەدەست هێنا؟ ئەم کەسە لە ئێستادا بەڕێوەبەری کۆمپانیای دروستکردنی سابوونی "کلگیت پالمولیو". کۆمپانیاکەی یەکێکە لە گەورەترین کارخانەکانی دروستکردنی سابوون لە دنیادا.

ئەو ناوی "پ. لیتل"ە. شایەنی باسە ساڵێک لەمەوپێش، واتە ساڵێک پێش نووسینی ئەم کتێبە، تەنها چواردە کەس هەبوون کە توانیبویان لە ماوەی یەک ساڵدا داهاتیان لەو زیاتر بێت! داهاتی 240241000 دۆلار بۆ سابوونفرۆشێک کەم نییە! تەنها پیاوانی گەورە دەتوانن وەک هاول، فرانکلین و لیتل رەفتار بکەن. زۆر باشە، ئێستا بزانە بۆ ئەوەی سەرنجی خەڵکی ڕاکێشیت ڕووبەڕووی ئاوێنە ڕاوەستە و لە خۆت بپرسە: ئایا من دەتوانم لە ڕیزی ئەو پیاوە گەورانەدا بم؟

ئەگەر وەڵامەکەی بەڵێیە، بۆچی و ئەگەر نەخێرە، بۆچی؟

بۆ لەناوبردنی ئەو نیگەرانیانەی، کە بەهۆی ڕەخنەگرتنەوە سەرچاوە دەگرن، ئەم دەستوورانەی خوارەوە لە بیر مەکەن:

هەڵە و کەموکورتییەکانتان لە دەفتەرێکدا تۆمار بکەن.

کارەکانتان بخەنە ژێر کاریگەری ڕەخنەوە -خۆتان فریو مەدەن.

تا کاتێک بڕواتان بە 100% کارەکانتان نەبێت، وەک ئاغای لیتل هەوڵ بدەن لە ڕەخنەی خەڵکی سوودمەند و بەهرەمەند بن.

خۆپاراستن لەو نیگەرانیانەی کە بە هۆی ڕەخنەی نابەجێوە سەرچاوە دەگرن

دەستووری ژمارە یەک: ڕەخنەی بێهۆ و بێجێ لە یاسادا جۆرە پێناسەیەکە، کە بە شێوەیەکی تر دەردەبڕێت و خۆی پیشان دەدات، هۆیەکەشی ئەوەیە کە ئێوە هەستی حەسادەتی خەڵکی دەبزوێنن و گەیشتوونەتە ئاستێک کە ڕەخنەگر ئارەزوو دەکات لە شوێنی ئێوەدا بێت.

لە بیری مەکە هیچ کەس شەق لە سەگی تۆپیو هەڵنادات! دەستووری ژمارە دوو: کارەکانت بە باشترین شێوە ئەنجام بدە، هەوڵ بدەن ئەو شتەی لە تواناتاندایە بیخەنەگەڕ و لە دوای ئەوە چەتری دڵنیایی لەسەر خۆتان ڕاگرن تا بارانی ڕەخنە سەرتاپاتان تەڕ نەکات.

دەستووری ژمارە سێ: هەڵە و سەرپێچییەکانتان تۆمار بکەن! ئەگەر لە خۆت شەرمەزار بیت لە خەڵکی چاوەڕوانی چی دەکەیت؟ خەجاڵەتی مەکێشە، کردەوەکانت تۆمار بکە و لە ڕەخنەش ترست نەبێ، خۆت ڕەخنە لە هەڵە و کەموکورتییەکانت بگرە.

نەفامییەکانی ئێمە تاوانی خۆمانە، ئەگەر ناتوانین دووچاری نەفامی نەبین دەتوانین جڵەوگیری لە دووبارەبوونەوەی ئەوانە بکەین کە تۆمارمان کردوون و لەناویان ببەین.

تا کاتێک بڕواتان بە 100%ی کارەکانتان نەبێت وەک ئاغای لیتل هەوڵ بدەن لە ڕەخنەی خەڵکی سوودمەند و بەهرەمەند بن.

بەشی حەوتەمیش ڕێگە بۆ لابردن و دوورخستنەوەی ماندوویەتی و نیگەرانــی و بەرزکــردنەوەی هێــز و توانــای جەســتەیی و ڕۆحــی خۆش دەکات.

بەندی بیستوسێیەم

ڕۆژی کاتژمێرێک لە تەمەنی خۆمان زیاد بکەین.

لەوانەیە لە خۆتـان بپرسـن: بە چ بەڵـگەیەک کتێبێـک بە مەبەسـتی لابـردن و دوورخسـتنەوەی نیگەرانـی نووسـراوە و بەنـدێکیش بـۆ جڵەوگیـری لە مانـدوویەتی تـایبەت کـراوە؟ سـەبارەت بەم پرسـیارە مافی خۆتانە، بەڵام بەڵگەی من بۆ هێنانەوەی ئەم بەندە زۆر سـادە و ساکارە، زیاتر ڕوودان و ڕێوشوێنی ماندوویەتییە، کە نیگەرانی دێنێتە ئـاراوە. بە لایەنـی کەمەوە هەر هـیچ نەبـێ مـرۆڤ بـۆ نیگەرانبـوون ئامادە دەکات.

خوێنـدکارێک کە تـازە هـاتووەتە زانکـۆی خوێنـدنی پزیشـکییەوە دەتوانێت بۆ ئێوەی ڕوون بکاتەوە کە چۆنچۆنی ماندوویەتی هێز و توانای جەستەیی کەم دەکاتەوە و لەم ڕوانگەیەوە مرۆڤ لە بەرامبەر سـەرما و سـەدەها نەخۆشـی تـر ئـازار دەچێژێـت. هەر پزیشـکێکی دەروونناسـیش دەتوانێت پێتـان بڵێت کە چۆنچۆنی ماندوویەتی هێز و توانـای بەرگری جەستە لە بەرامبەر هەسـتی نیگەرانـی و بێزاری و ترسدا کەم دەکاتەوە.

بە قـایلبوون بەم بـابەتە، دەتـوانین بگەیـنە ئەو ڕاسـتییەی کە جڵەوگیـری و لابردنـی مانـدوویەتی، واتە ڕووبەڕووبـوونەوە و ڕێگریکردن لە نیگەرانی. من لێرەدا دەڵێم: (لابردن و دوورکەوتنەوە لە مانـدوویەتی، جڵەوگیـری لە نیگەرانـی دەکـات)، بەڵام ئەگەر بـتەوێ زیـاتر لە مەسـەلەکە بگەیـت دەتوانیـت سـەرنج بدەیتە وتەکانی دکتۆر "ئادمونـد جاکبسـون"، کتێبگەلێکـی دوا بە دوای یەکـی سـەبارەت بە

پشوودان و لابردنی نیگەرانی نووسیوە و لە کاتی ڕازاندنەوەی ئەم کتێبەدا، ئەو بەڕێوەبەری تاقیگەی فیزیۆلۆژی زانکۆی شیکاگۆیە. جاکسون، سالانێک کاتی خۆی سەرفی لێکۆڵینەوە دەکرد، سەبارەت بە پشوودان و لەناوبردنی ماندویەتی بۆ ئەوەی دەرمانێک بۆ چارەسەری نەخۆشییەکان بدۆزێتەوە، هێشتاش درێژە بە لێکۆڵینەوەکانی دەدات و دەڵێت: (... لە سنووری پشودانی تەواودا، هێزی تووڕەیی ئامادەیی تێدا نییە بێتە ناوەوە.)

بۆ زیاتر ڕوونکردنەوەی ئەو دەستەواژەیەی سەرەوە، دەتوانم بڵێم: لە کاتی پشوودان و حەوانەدا ڕێگە بە بەردەوامی نیگەرانی نادەیت! بۆ ڕوونکردنەوەی ئەو دەستوورەی سەرەوە و سەرەتا بۆ لابردن و دورخستنەوەی ماندوویەتی و نیگەرانی دەتوانین ئەم شێوازەی خوارەوە بەیان بکەین:

1. بۆ پاککردنەوەی تەرازووەکەت لە ژەنگی ماندوویەتی پشووی خۆت زیاد بکە، تا بوار بە نیگەرانی نەدەیت!

2. پێش بە دەرکەوتنی ماندوویەتی پشوو بدە و مەیەڵە ئەگەری دەرکەوتنی نیگەرانی بەدەر بکەوێت!

پرسیار: بۆچی بۆ لابردن و دوورخستنەوەی ماندوویەتی ئەوەندە پەلە بکەین؟

وەڵام: چونکە ماندوویەتی بە خێراییەکی سەرسوورهێنەر پەرە دەسێنێ و زۆر زوو ئاڵۆز دەبێت.

ماوەیەکی زۆرە هێزە سەربازییەکان پەییان بەم مەسەلەیە بردووە، کە ماندوویەتی بە خێراییەکی زۆر زوو تەشەنە دەکات. بۆ نموونە پسپۆڕانی سوپای وڵاتە یەکگرتووەکانی ئەمەریکا بۆیان دەرکەوتووە کە هەتا پیاوانی لاو و دەوردیدە و بەئەزموون لە کاتی ڕێپێوانە درێژخایەنەکاندا لە هەر کاتژمێرێکدا دە خولەک کۆڵەپشتیەکانیان لا

دەبەن و پشوو دەدەن بۆ ئەوەی کاتژمێرێک زیاتر بەبێ هەستکردن بە ماندوویەتی درێژە بە ڕێپێوان و ڕاهێنانەکانیان بدەن و بە پێچەوانەوە ئەگەر لە هەر کاتژمێرێکدا ئەو دە خولەکە پشوو نەدەن ئەوا چالاکیەکانیان بۆ نیوە کەم دەکات.

هەر بەم هۆیەوە سوپای ئەمەریکا پشووی لە هەر کاتژمێرێکی ڕاهێنان و ڕێپێوانەکاندا کرد بە ئیجباری.

دڵی ئێوە ئەندامێکی هەمیشەیی و سەرەکی و کارایە و وەک کاتی مانۆڕی هێزی نیزامی پشوودانی نییە.

ئایا ئەم بەشە بواری پشوودان دەڕەخسێنێت؟

سەرنج بدەرە لێکۆڵینەوەیەک لەم بارەیەوە: ئەو خوێنەی کە ڕۆژانە لە لایەن دڵەوە بۆ هەموو بەشەکانی لەش دەڕوات و بە هەموو دەمار و ملولەکانی خوێندا دەسوڕێتەوە، بە ئەندازەی یەک وارگۆنێکی نەوتهەڵگر دەبێت. ئەو هێز و توانایەی کە لە شەو و ڕۆژدا دڵ بۆ بەئەنجامگەیاندنی ئەرکەکانی سەرفی دەکات دەتوانێت بیست تەن (20000 کیلۆگرام) بەردی کانزا لەسەر ڕووی زەوی بە بەرزی 90 سم بەرز بکاتەوە.

کاری سەرسووڕهێنەری ڕۆژانەی بارهەڵگرێکی فارگۆنێکی نەوتکێش و جێبەجێکردنی بیست تەن بەردی کانزا بۆ ماوەی 80 تا 90 ساڵ بێ وەستان ئەنجام دەدرێت.

بەڕاست چۆن بەشێکی زۆر بچووک، کە لە مشتەکۆڵەیەک زیاتر نابێت بەرگەی ئەم هەمووە کارە دەگرێت؟ بەڵام ڕاستیەکەی ئەوەیە کە دڵ ئەم ئەندامە کارایە دوای هەر لێدانێک ماوەیەک پشوو دەدات.

واتە لە هەر چرکەیەکدا بە تێکڕا 0.4 چرکەیەک لێدەدات و 0.6 چرکەیەک پشوو دەدات، بەم شێتەڵکردنە بە پشوودەرترین ئەندامی

لەش دەژمێردرێت .تێکڕای لێدانەکانی دڵ لە هەر خولەکێکدا 70 جار لێدانە، هەر جارەی 0.4ی چرکەیەک دەخایەنێت.

بەم شێوەیەی خوارەوە شیکاری دەکەین: کاتی چالاکی دڵ لە یەک خولەکدا بە چرکە 28= 0.4 × 70 چالاکی دڵ لە کاتژمێرێکدا بە چرکە 168 = 60 × 28

چالاکی دڵ لە کاتژمێرێکدا بە خولەک 28 = 60 ÷ 1680

چالاکی دڵ لە شەو و ڕۆژێکدا بە خولەک 672 = 24 × 28

چالاکی دڵ لە شەو و ڕۆژێکدا بە کاتژمێر11.2 = 60 ÷ 672

ماوەی پشوودانی دڵ لە شەو و ڕۆژێکدا بە کاتژمێر 12.8 = 11.2 – 24

لە کاتی بەخەبەری لە شەو و ڕۆژدا کاتی پشوودانی دڵ زیاترە لە کاتی چالاکییەکانی و هەروەها بە لەبەچاوگرتنی ئەو کاتژمێرانەی کە خەوتووین، لێدانەکانی دڵ کەم دەبێتەوە و ماوەی پشوودانی دڵ دەتوانرێت لە شەو و ڕۆژێکدا بە پانزە کاتژمێر مەزەندە بکرێت، کە ئەمەش ماوەیەکی کەم نییە بۆ پشوودان.

"چەرچیل"، سەرۆکوەزیری ئینگلتەرا لە ماوەی نێوان تەمەنی 60 – 70 ساڵیدا ئامادە بوو لە شەو و ڕۆژێکدا 16 کاتژمێر لە شوێنی کارەکەی بێت و ئەرکەکانی سەرشانی پراکتیزە بکات.

بەڕاست ڕازی توانای بەئەنجامگەیاندنی کارەکەی چی بوو؟ چەرچیل ڕۆژانە تا کاتژمێر یانزەی پێش نیوەڕۆ لە شوێن خەوەکەی دەمایەوە، دوابەدوای ئەوە گوزارشتە هاتووەکانی دەخوێندەوە و فەرمانی پێویستی دەردەکرد.

لەم ماوەیەشدا پەیوەندی تەلەفۆنیشی هەبوو، بە کۆنفرانسەکانیشدا دەگەشت. دوای خواردنی نانی نیوەڕۆ کاتژمێرێک دەچووە خەوەوە. ئێواران لە زەردەپەڕدا پێش خواردنی نان، دوو کاتژمێر دەخەوت.

ئەو زۆر بە کەمی پێویستی بەوە دەبوو، کە ماندوویەتی خۆی دەربکات. ئەو بە پشوویەکی تەواوەوە ڕێگری لە ماندوویەتی دەکرد و بەم شێوەیە بوو کە دەیتوانی تا چەند کاتژمێرێکیش دوای نیوەی شەو بەبێ هەستکردن بە ماندوویەتی کار بکات.

"راکفلەر" سەرمایەداری ناودار دوو ڕیکۆردی لە دوای خۆی بەجێهێشت:

1. سەرمایەیەک کە سنووری نەبوو.
2. هەشتاونۆ ساڵ تەمەن کە بۆ کەسانێکی ئاسوودەی وەک ئەو زۆر زۆرە.

لە ڕوانگەی درێژی تەمەنەوە "راکلفەر" جگە لە تایبەتمەندێتی بۆماوەیی تەمەن درێژی، خەوی نیوەڕوانی بۆ ماوەی نیو کاتژمێر بوو، کە ئەگەر لەو ماوەیەدا سەرۆککۆماریش پەیوەندی پێوە بکردایە بە تەلەفۆن یان داوای لێبکردایە سەردانی بکات داواکەی ڕەت دەکردەوە و گرنگی پێ نەدەدا.

کاتێ لە خانمی "رزولت"م پرسی چۆن چۆنی بەرگەی بەرنامەیەکی ماندووبەخش و 12 ساڵ مانەوەت لە کۆشکی سپیدا گرت؟ بە ڕاشکاوانە وتی: -پێش ڕووبەڕووبوونەوە لەگەڵ کۆمەڵێکدا یا لە کاتی ڕەخنەگرتن و سەردانە گرنگەکاندا ماوەی بیست خولەک لەسەر کورسییەکەم لە پشت مێزەکەمەوە بە ئارامی دادەنیشتم و بۆ پشوودان چاوەکانم دادەخستن و هەر ئەو بیست خولەکە منی بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی مەسەلە گرنگەکان وەک سپێدەی بەرەبەیان ئامادە دەکرد.

یەکێک لەو کەسانەی کە لەم بارەیەوە گفتوگۆم لەگەڵدا کرد "هنری فورد"ە، خاوەنی کۆمپانیای فۆرد بوو. گفتوگۆکەی ئێمە کەمێک پێش هەشتاهەمینساڵڕۆژی لەدایکبوونی بوو.

لەم چاوپێکەوتنەدا ئەوم زۆر بە خۆشحاڵی و شادمانی بینی، بۆیە ڕازی شادمانییەکەیم لێ پرسی، ئەویش لە وەڵامدا وتی: - لە شوێنێکدا کە بمەوێ دانیشم، هەرگیز بەسەر پێوە ناوەستم، لە شوێنێکیشدا کە بمەوێت ڕاکشێم هەرگیز دانانیشم و ئەگەر بواری خەوتنم هەبێت هەرگیز بە بەخەبەری نامێنمەوە.

هوراس"، بنیادنەری زانست و زانیاری و تەربیەت لە ساڵانێکدا لە کاتی گفتوگۆکردنیدا لەگەڵ خوێندکارەکانیدا لەسەر شوێنەکەی ڕادەکشا تا بە ئارامی بدوێت. ئەو لەو ساڵانەدا سەرۆکی کۆلێژێک بوو.

من ئەو شێوازەی "هوراس"م بۆ یەکێ لە ئەکتەرەکانی هالیود پێشنیار کرد. ئەو ئەکتەرە دوای ماوەیەک دانی بەوەدا نا و ئیعتیرافی کرد کە کاریگەری ئامۆژگارییەکەم موعجیزەئاسا بووە. دوای ئامۆژگاریەکەم بۆ ئەو ئەکتەرەی هالیود، یەکێکی تر لە ئەتەرەکانی متروگلدین مایر بە ناوی "جک چرتوک" پەیوەندی پێوە کردم.

"جک چرتوک"، یەکێکە لە ئەکتەرە بەناوبانگەکانی هالیود و بەرپرسی کوتەفلیمەکانی متروگلدین مایرە. ئەو زۆر ماندوو و دەردەدار بوو. لەگەڵ ئەوەی کە حەب و گولاج و ڤیتامین و دەرمانی بەهێزی بەکار دەهێنا، بەڵام بە ئەنجامێک نەگەشتبوو. بەوم وت، هەموو ڕۆژێک ماوەیەک لە کاتی کارەکەی پشوو بدات.

لە وەڵامی "جک چرتوک"، کە پرسیاری کرد لە کاتی کاردا چۆن پشوو بدات پێم وت: (دەتوانیت لە ژووری کارەکەتدا لە شوێنێکدا ڕاکشێیت و لە هەمان کاتدا لەگەڵ کارمەندەکانتدا باسی

یادەوەرییەکانتان بکەن، دەرگیریەکان و یادەوەرییە دژوارەکان بخەنە ئەو لاوە بۆ کاتێک کە سەر حاڵ و ئامادەن!) دوای دوو ساڵ، کە بینیمەوە پێی وتم: - ئەی پزیشکی چارەسازم، دوای پراکتیزەکردنی ئامۆژگارییەکانت موعجیزەیەک هاتووەتە کایەوە!

- مەگەر چی بووە؟

- ماوەیەک بوو کە کارم بە ئامۆژگارییەکانی تۆ دەکرد، بەڵام ئەنجامێکی دوابەدوایەک بوو بوو بە دابونەریت بۆم.

پێش ئەوە خووم بەوەوە گرتبوو لە کاتی ئاڵوگۆڕکردنی بیروڕا و باس و لێکۆڵینەوەدا لە کاتی دەرهێنانی کورتە فیلمەکاندا زۆر بە جدی و بە پتەوی لەسەر کورسیەکەم دادەنیشتم و وزەیەکی زۆرم سەرف دەکرد. ئێستایش هەمان ئەو کارانە بە باشترین شێواز پراکتیزە دەکەم، بەڵام بە ڕاکشاوی. گرنگ ئەوەیە دوای پەیڕەوکردنی ڕێنماییەکانی پزیشکە چارەسازەکەم هەست دەکەم حاڵم لە جاران زۆر باشترە. ئەم ڕۆژانە لەگەڵ ئەوەی کە دوو کاتژمێر زیاتر کار دەکەم، بەڵام هەستکردن بە ماندوویەتی لە کاردا لەگەڵ ڕابردوودا شایستەی بەراوردکردن نییە.

بە بڕوای من ئەو دەستوورانەی سەرەوە بۆ ئێوەش شایەنی پراکتیزەکردنە.

کەسانێکی دیاریکراو هەن، کە بواری پشووی ڕۆژانە بەدەست ناهێنن. بە تایبەت ئەو کەسانەی کە لە شاری بچووکدا ژیان بەسەر دەبەن و بۆ خواردنی نانی نیوەڕۆ دەگەڕێنەوە بۆ ماڵەوە، زۆر بە ئاسانی دەتوانن لە دوای نانخواردن چەند خولەکێک وەنەوز بدەن. ئەگەر ناتوانیت لە دوای خواردنی نانی نیوەڕۆ وەنەوز بدەیت، بە لایەنی کەمەوە کاتژمێرێک پێش لە خواردنی نانی ئێوارە ڕاکشێ. کاریگەری ئەم کارە سادەیە زیاترە لە پشوویەکی درێژخایەن. ئەگەر

بتوانیت نزیکەی کاتژمێر پێنجی دوای نیوەڕۆ، یا شەش یاوەک حەوت کاتژمێرێک پشوو بدە، دەتوانیت ڕۆژی کاتژمێرێک لە تەمەنی خۆت زیاد بکەیت.

دەزانیت بۆچی؟ چونکە کاتژمێرێک خەو لە دوای نیوەڕۆ لەگەڵ شەش کاتژمێر خەوی شەوانە کە دەبێتە حەوت کاتژمێر زۆر سوودمەندترە بۆ حاڵی ئێوە لە هەشت کاتژمێر خەو بەبێ پچڕان. لەم ڕوانگەیەوە کاتژمێرێک کاتی زیاترت بۆ هۆشیاربوون هەیە.

کرێکارێک لە کاتێکدا کە کاتێکی زۆر بە پشوودانەوە بەسەر ببات کارێکی زۆر ئەنجام دەدات. ئەم بابەتە لە ڕێگەی تاقیکردنەوەیەکەوە کە لە کۆمپانیای پۆلاسازی "بتلی هیم" لە لایەن پسپۆڕێکەوە بە ناوی ئەندازیار "تمدایگر" سەرچاوەی گرت و سەلمێنرا.

پسپۆڕی کۆمپانیای پۆلاسازی توانای کاری کاریگەرەکانی بەشی بارکردن و جێبەجێکردنی ئاسن و پۆلای بە تەرازووی دوانزدە تەن و نیو لە قەڵەم دا. هەر کرێکارێک لە کاتی کارکردندا بۆ بارکردنی 12.5 تەن ئاسن هەست دەکات تەواوی توانای خۆی لەدەست داوە.

ئەم پسپۆڕە لە تاقیکردنەوەیەکیدا بۆی دەرکەوت، کە هەر کرێکارێک دەتوانێت تا 47 تەن ئاسن بار بکات و بە ئەندازەی بارکردنی 12.5 تەن ئاسنیش ماندوو نەبێت، واتە بە نزیکەیی چوار بەرامبەری برێکی ئاسایی. ئەم پسپۆڕە سەرەتا بۆ سەلماندنی تاقیکردنەوەکەی خۆی یەکێک لە کرێکارەکانی هەڵبژارد و خستییە ژێر چاودێری کەسێکەوە کە زانیارییەکی تەواوی هەبوو. چاودێرەکە بە کرێکارەکەی دەوت: (ئەم ئاسنە هەڵگرە و بیبە. ئێستا پشوو بدە. ئێستا بڕۆ... ئێستا پشوو بدە.)

ئەم کرێکارە لە ڕۆژێکدا 48 تەن ئاسنی بار کرد، لە کاتێکدا کە خەڵکی 12.5 تەنیان بار کردبوو. ئەو کرێکارەی کە زۆرتری بار

کردبوو هەستی بە ماندوویەتی نەدەکرد، بەڵام ئەوانی تر بە تەواوی ماندوو بوو بوون.

لە ماوەی سێ ساڵدا کە ئەو کرێکارە لە ژێر تاقیکردنەوەدا بوو هەرگیز کەمتر لە 48 تەن ئاسنی لە ڕۆژێکدا بار نەدەکرد، ئەمە لە کاتێکدا کە لە کاتژمێرێکدا تەنها 26 خولەک کاری دەکرد و 34 خولەکەکەی تر پشووی دەدا. هۆکاری ئەوەی کە ئەم کرێکارە کاری زۆرتری ئەنجام دەدا، ئەوە بوو کە پێش ماندووبوون پشووی دەدا. ئەو چوار ئەوەندەی کرێکارەکانی تر کاری دەکرد، بەڵام کاتی کارکردنەکەی نیوەی ئەوانیش نەبوو. ئەوان ماندوو دەبوون و پەکیان دەکەوت، بەڵام ئەو هیچ کات هەستی بە ماندوویەتی نەدەکرد.

پێدەچێت وا بزانیت ئەم بابەتە پڕوپاگەندەیەکی بێهودەیە، بەڵام دەتوانیت درێژەی ئەم تاقیکردنەوەیە لە کتێبی (بەڕێوەبرنی زانستی کولتووری تایلر) بخوێنیتەوە.

مۆڵەتم بدەن دووبارەی بکەمەوە: وەک نیزامیانی ئەمریکایی لە هەر کاتژمێرێکدا دە خولەک کۆڵەپشتییەکەت دابگرە و بیخەر سەر زەوی و پشوویەک بدە. وەک دڵی خۆتان پێش لە ماندووبوون پشوو بدەن. وەک ئەو کرێکارەی کۆمپانیای پۆلاسازی بە شێوەیەکی مامناوەند پشوو بدە. بە حەوت کاتژمێر پشووی پچڕ پچڕ لە باتی هەشت کاتژمێر پشوو، بەبێ پچڕان لە شەو و ڕۆژێکدا کاتژمێرێک بۆ کاتژمێری تەمەنی خۆتان زیاد بکەن.

بەندی بیستوچوارەم

چۆن ماندوو دەبین؟

چ شتێک ماندوومان دەکات؟

دەتوانین چی لەگەڵ ماندوویێتیدا بکەین؟

لێرەدا دەمەوێت ئاماژە بە ڕاستییەکی سەرسووڕهێنەر بکەم، هەڵبەتە بۆ کەسانێکی سادە و ئاسایی سەرسووڕهێنەرە، نەک بۆ دانایان و پزیشکان و زانایان. بابەتەکە بەم شێوەیەیە کە کاری فیکری تا چەندین کاتژمێری دوابەدوای یەک ماندوویێتیهێنەر نییە. ئەم بیرۆکەیە بە دووبارەکردنەوەی تاقیکردنەوەی زانستی سەلمێنراوە.

ئەگەر ئێوە خوێنی کرێکارێک کە سەرگەرمی کارێکی جەستەیی قورسە شیتەڵ بکەن، دەگەنە ئەو ڕاستییەی کە خوێنەکەی پڕە لە مادەی ژەهراوی کە دەتوانێت ماندوویێتی بێنێتە ئاراوە، بەلام ئەگەر دڵۆپێک خوێن لە مێشکی دانایەک کە زیاد لە 12 کاتژمێری دوا بە دوای یەک کار و چالاکی فکری بەئەنجام گەیاندبێت، بخەنە ژێر لێکۆڵینەوەوە دەبینن کە زەرەیەک مادەی ژەهراوی تێدا نییە.

ئەم لێکۆڵینەوانە بە ئێمە دەڵێت کە چالاکییەکانی مێشک هەر چەندێک درێژخایەن بێت، ماندوویێتی بەدی ناهێنێت. تا ئەو کاتەی کە مەسەلەکە پەیوەندی بە مێشکەوە بێت، ئەم ئەندامە دەتوانێت لە دوای 8 تا 12 کاتژمێر کاری بەردەوام بە باشی و بە خێرایی وەک کاتژمێری یەکەم کار بکات.

ئێستا کە بەئەنجام گەیشتین مێشک ماندوویەتی ناهێنێتە ئاراوە، کەوایە چ شتێکە ئێمە ماندوو دەکات؟

بە گوێرەی بیروبۆچوونی دەروونناسان مانوویێتی مرۆڤ زیاتر پەیوەندی بە حاڵەتی فیکری و هەستیەوە هەیە.

یەکێک لە ناودارترین دەروونناسەکانی ئینگلتەرا بە ناوی دکتۆر "ج.ا.هادفیلد" لە کتێبەکەی خۆیدا بە ناوی "توانا لە دیدگای دەروونناسیەوە" دەڵێت:

بەشێک لەو ماندوویێتیانەی کە ئازارمان دەدەن لە فیکرێکی بێئەزموونەوە سەرچاوە دەگرێت.

لە ڕاستیدا ماندوویێتیەک کە ڕاستەوخۆ لە جەستەوە سەرچاوە بگرێت بوونی نییە. ماندوویێتی لە جۆری بیر و هەستی ئێمەوە دەست پێ دەکات و بە خێرایی تەشەنە دەکات.

یەکێک لە پزیشکە ناودارەکانی ئەمەریکا بە ناوی دکتۆر "بریل پارا" لەم ئاستەش فراوانتر ئاشکرای کردووە و ڕایدەگەیەنێت: 100%ـی ماندوویێتی ئەو مرۆڤە تەندروستانەی کە کارەکانیان بە دانیشتنەوە بە ئەنجام دەگەیەنن پەیوەندی بە هۆکاری دەروونی، واتە هۆکاری هەستییەوە هەیە.

بەهۆی ئەم مەرجانەوە کەوایە چ شتێک کەسانێک ماندوو دەکەن کە کارەکانیان بە دانیشتنەوە بە ئەنجام دگەیەنن؟ خۆشی؟ ڕەزامەندی؟ نەخێر، ئەمانە ماندوویێتی ناهێننە کایەوە. ئەم کەسە لە ئەنجامی نیگەرانی، ڕق و کینە، هەستی پووچی و بێهوودەیی لە ژیان هەست بە ماندوویێتی دەکات، چونکە هۆکاری سەرکی لە بەدیهێنانی ماندوویێتیدا هەر ئەمانەن. کەسێک کە کارەکەی بە شێوەی دانیشتن ئەنجام دەدرێت بە هۆی ئەو هۆکارانەوە کە باسکران ماندوویێتی ئاگر

لە جەستەی بەر دەدات و بە هۆی سەرئێشەیەکی توندەوە ڕێگەی ماڵەوە دەگرێتە بەر.

کەوایە ئێمە هەر لەبەر ئەم هۆیە ماندوو دەبین، کە هەستی ئێمە فشاری تووڕەیی بەرهەم دێنێت.

کۆمپانیای بیمەی "مترۆپۆلیتن" لە بەشێکیدا کە سەبارەت بە ماندوویتی بڵاوی کردۆتەوە، ئاماژە بەوە دەکات:

کەمتر کار و دژواری بوونی هەیە کە ماندوویتی ناشی لەوانەوە نەتوانێت پشوودان و حەوانەوە بخاتە ئەو لاوە... نیگەرانی، هەڵچوون و هەڵئاوسانی ڕۆحی، سێ هۆکاری گرنگی بەدیهێنانی ماندوویتین. ئەم سێ هۆکارە لە زۆربەی بوارەکاندا بە بەرپرسی ماندوویتی ئێمە دەژمێررێن و ئێمە بە هەڵە تاوانەکەی دەدەینە پاڵ کاری جەستەیی و فکری.

لە بیرت نەچێت کاتێک کە ئەندامێک بەئاگا دێنینەوە بۆ هەوڵدان و تێکۆشان وەک ئەوە وایە کە ئەو ئەندامەمان خستبێتە کارەوە.

ماسوولکەکانی خۆتان سست و لاواز بکەن و وزە و توانای خۆتان هەڵگرن بۆ پراکتیزەکردنی کارێکی گرنگ.

هەر ئێستا، لە هەر شوێنێک و لە هەر حاڵەتێکدا کە هەیت سەرگەرمی تاوتوێکرنی حاڵەتەکانی خۆت بە. هەر لەم ساتەدا کە سەرگەرمی خوێندنەوەی ئەم دێڕەی، ئایا بە قیافەیەکی داگیراو و ڕووخسارێکی شێواوە سەیری ئەم کتێبە دەکەیت؟ ئایا ماسوولکەکانی ڕووخسارتان گرژ نەبووە؟ ئایا لەسەر کورسییەکە بە ئیسراحەت پاڵت لێداوەتەوە؟ ئایا خۆت چەماندووەتەوە؟ ئایا هەست دەکەیت ئەو شوێنەی کە لێی دانیشتوویت گونجاوە؟ لەبیری نەکەیت تا کاتێک حاڵەتی بووکەشووشەیەکی لۆکەیی کە دەست و پێی بە بەتاڵی بەسەر زەویدا ڕاکێشراوە بۆ خۆت نەڕەخسێنیت، دەرگیری گرژی

ماسـوولکەکان و تـوورِیی خۆتیـت! بـۆچی لە کـاتی پراکتیزەکردنـی کـارە فکریەکانـدا پەنـا دەبەیـتە بەر ئەو فشـار و هەڵچوونـانەی کە پێویست نین؟

"ژوسلین" بەبێ ئەوەی کە لە باسەکەی ئێمە بەئاگا بێت دەڵێت: (... گەیشـتوومە ئەو راسـتیەی، کە گەورەتـرین رێگـر لە رێـگەی بەئیسـراحەت و ئارام ئەنجامـدانی کارەکانـدا ئەوەیە، زۆربەی خەڵک بروایـان وایە: بەئەنجامگەیانـدنی کـارە دژوارەکـان پێویسـتی بە قیـافەیەکی کـارا و لێهـاتوو و گونجـاو هەیە و ئەگەر نـا ئەو کـارە بە باشی ئەنجام نادرێت. هەر لەبەر ئەمەیە کە لە کاتی بەئەنجامگەیاندنی کـارێکی قورسـدا قیـافەیەکی کـارا و لێهـاتوو بە خۆمـان دەبەخشـین، شانەکانمان دەچەمێنینەوە و فشـار بۆ ماسـوولکەکانی خۆمـان دێنین، لە کاتێکدا کە ئەم کارە هیچ جۆرە یارمەتییەک لە مێشک وەرناگرێت.)

راستی مەترسیدار ئەوەیە کە هەتا کەسـانی رەزیل کە سـەرفکردنی پارە لە بەخشینی گیان لایان ئاسانترە، بەڵام لە کاتی سەرفکردنی وزە و توانـادا بێ تـرس و بێ پەردە زیـادەرەوی دەکەن و وزە و توانـای خۆیان بەفیرۆ دەدەن.

بە بروای ئێوە رێگەچـارەی ئەم مانـدوویێتیانەی توورەبـوون چییە؟ پشـوودان! پشـوودان! پشـوودان! پشـوودان و دیسـانیش پشـوودان! لابردنی ماندوویێتی لە کاتی پراکتیزەکردن و بەئەنجامگەیاندنی کاردا هـونەرێکی زۆر جـوانە، کە دەبێـت فێـری ئەو هـونەرە ببـین. لابردنـی ماندوویێتی لە کاتی پراکتیزەکردن و بەئەنجامگەیاندنی کاری قـورس و دژواریشدا زۆر ئاسانە.

بۆ پراکتیزەکردنـی لابردنـی مانـدوویێتی، دەبێـت هەوڵـی گۆرِینی ئەو دابونەریتە بدەین، کە لە ژیاندا بەدەستمان هێناوە.

دەزانـــم پراکتیزەکردنـــی ئەم کـــارە دژوارە، بەڵام شایســـتەی زەحمەتەکەیەتی، چونکە بە ئەگەرێکی نزیک بە بڕوا ژیانتان دەگۆڕێت بۆ چاکترین شێواز.

چۆن دەست بە پشوودان بکەین؟

سەرەتا لە مێشکەوە دەست پێ ناکەین. لە بیرمان بێت کە هەمیشە بۆ پشوودان لە ماسوولکەکانی خۆمانەوە دەست پێ دەکەین.

ئێستا تاقی دەکەینەوە:

وایدانێ دەتەوێت قۆناغی پشوودان لە چاوەوە دەست پێ بکات! لە دوای خوێندنەوەی ئەم پەرەگرافە، پاڵ بدەنەوە و چاوەکانتان دابخەن و بە ئەوپەڕی ئارامییەوە بە چاوەکانتان بڵێن:

سەربەست بن، فشار بۆ خۆتان مەهێنن. کاتەکان لێڵ مەکە.

ئەم وشانە بۆ ماوەی خولەکێک بە هێواشی و بە ئارامی دووبارە بکەرەوە! ئێستا کە خولەکەکە تەواو بووە، هەست دەکەیت کە ماسوولکەکانی چاوت فرمانەکانتان جێبەجێ دەکەن؟ ئایا هەست دەکەیت کە دەستێکی شاراوە تەواوی فشار و گرژی ماسوولکەکانی لابردووە؟

ئەگەر چی بۆ ئێوە جێگەی باوەڕ نییە، بەڵام لەو خولەکەدا هەموو هونەر و نهێنییەکانی پشوودانتان خستووەتە گەڕ و هەوڵ بدەن ئەوانە فەرامۆش نەکەن. تۆ دەتوانیت ئەم تاقیکردنەوەیە سەبارەت بە چەناکە، ماسوولکەکانی ڕووخسار، مل، شان و تەواوی بەشەکانی جەستە بەئەنجام بگەیەنیت، بەڵام لە بیرتان بێت کە گرنگترین ئەندام کە پێویستی بە پشوودان بێت چاوە. دکتۆر "ئادموند جاکوبسن"، مامۆستای زانکۆی شیکاگۆ کە خوێندنەوەیەکی قووڵی لە بارەی گرژبوون و دەمارگیری و (عصبی) چاوەوە هەیە، لە بارەی ئەم ئەندامەوە ڕوونکردنەوەیەکی تێروتەسەلی هەیە کە ئێمەش بەشێکی

بـــۆ بەدەر لە کەســـــانێکی پزیشـــک دەخەمە ڕوو: (ئەگەر بتــــوانن ماسوولکەکانی چاوتان بخەنە حاڵەتێکی ئازاد و سەربەستەوە، دەتوانن بڵێن هەموو ناڕەحاتیەکانی خۆتانتان لەبیر کردووە.

هـۆی گرنگبـوونی چـاو لە پـاکڕاگرتن و بەدوورگرتنـی لە فشـار و (عصـبی) و گـرژی ماسـوولکەکانی ئەوەیە کە 1/4ــی وزە و توانـای (عصـبی) لە تەواوی جەسـتەدا ئەم ئەنـدامە ناسـکە سـەرفی دەکـات. بەڵگەش ئەوەیە زۆربەی ئەو کەسانەی کە چاوەکانیـان سـاغ و سـالمە بە دەسـتی مانـدوویەتی چـاوەوە دەنـاڵێنن، ئەمەش خـۆی بـۆ خـۆی مەسەلەیەکە).

بۆ بەدەستهێنانی هونەری حەوانەوە و پشوودان، سەرنج بدەرە ئەم پێنج دەستوورەی خوارەوە:

1. ئەو کتێبانە بخوێنەرەوە، کە لەم بارەیەوە نووسراون.

2. لە شــوێنە جۆراوجۆرەکانــدا جەســـتەی خــۆت بە ئـــازادی و سەربەستی بپارێزە.

ئایا هەرگیز منداڵێکت هەڵگرتووە کە لەبەر تیشکی خۆردا خەوتبێت؟ ئەگەر ئەم کارەت بەئەنجام گەیاندبێت لەوە گەیشتوویت کە جەستەی منـــداڵ وەک ڕۆژنـــامەیەکی تەڕبـــوو شـــی دەبێـــتەوە. تەنـــانەت ڕاهێنەرەکانیش بڕوایان وایە کە بۆ بەدەستهێنانی هـونەری حەوانەوە و پشـــوودان، ڕەچـاوکردنی حـاڵەتی پشـیلە پێویسـتە. مـن هەرگیـز پشـیلەیەکی مانـدوو، گیـرۆدە بە هەڵچـوونی دەروونـی، بـێخەوی یـا نیگەرانـی و برینـی گەدەم نەبینیوە. پێدەچێت ئێمەیش ئەگەر لاسـایی ڕەفتـــاری پشـــیلە بکەیـــنەوە لە حەوانەوە و پشـــوودان‌دا ئەوا لەم نەخۆشیانە ڕزگارمان دەبێت.

3. تا ئەو جێگەیەی کە دەتوانیت بە خەیاڵێکی ئاسوودەوە سەرگەرمی کار بە، لە بیرت بێت فشارهێنان بۆ ماسوولکەکانی جەستە، ماندوویەتی و تووڕەبوون و ئازاری شان بەرهەم دێنێت.

4. ڕۆژانە 4 تا 5 جار بە خۆتدا بچۆرەوە و زانیاری سەبارەت بە خۆت بەدەست بهێنە. واتە حاڵەتی جەستەیی خۆت بخەرە ژێر چاودێرییەوە و بە خۆت بڵێ: ئایا کارەکەی من لەوە دژوارترە کە ئەنجامی دەدەم؟ ئایا من ئەو ماسوولکانە بەکار دێنم کە پەیوەندییان بەو کارەوە نییە کە ئەنجامی دەدەم؟

5. لە کۆتایی هەموو ڕۆژێکدا جارێکی تر بە خۆتدا بچۆرەوە. لە خۆت بپرسە، چەندێک ماندووم؟ ئەگەر ماندووم ئەم ماندوویێتیە پەیوەندی بە کاری فیکری منەوە نییە، بەڵکوو بە هۆی ئەو کارانەوەیە کە ئەنجامم داون.

بەندی بیستوپێنجەم

چۆن خانمانی ماڵەوە ماندوویێتی لە خۆیان دوور بخەنەوە و بە ناسکی و جوانی بمێننەوە؟

ڕۆژێکیان لە پایزی ساڵی ڕابردوودا یاریدەدەرەکەم نارد تا لە یەکێک لە گەورەترین و سەرسووڕهێنەرترین پۆلەکانی پزیشکی جیهاندا بەشداری بکات.

بەڵێ، بیستت، پزیشکی؟ ئەم پۆلە هەفتەی جارێک لە بنکەی تەندروستی "بوستون" ئەنجام دەدرا و کەسانێک کە وەک نەخۆش بەشداریان تێدا دەکرد و دەچوونە ژێر چاودێری تاقیگەی وردی پزیشکییەوە. ئەم پۆلە لە ڕاستیدا جۆرێکە لە ئەنجومەنی دەرمانخانەی دەروونی. ناوێک کە بۆ ئەم پۆلە لەبەرچاو گیراوە ئەنجومەنی دەروونناسی زانستییە و مەبەست لەمەیش چارەسەرکردنی کەسانێکە کە گیرۆدەی نیگەرانی بوون. زۆربەی ئەو کەسانەی کە لە ئەنجومەنی ئەم پۆلەدا بەشداری دەکەن خانمانی ماڵەوەن، کە هەڵچوونی دەروونی و دەمارگیری ئازاریان دەدات.

ئەم پۆلە لە ساڵی 1930 بە یارمەتی دکتۆر "ژوزف پرات" کە یەکێک بوو لە خوێندکارەکانی "سر ولیام" بنیاد نرا. دکتۆر "ژوزف پرات" کاتێک بۆی دەرکەوت زۆربەی ئەو نەخۆشانەی پەیوەندی بە بنکەی تەندروستی "بوستن"ـەوە دەکەن بە شێواز و ڕووخسار بە نەخۆش نایەنە پێشچاو، بەڵکوو هۆکاری نەخۆشییە دەروونییەکانیان پێوە دیارە، هەوڵی بنیادنانی پۆلێکی دا بۆ فێرکردنی نەخۆشەکان بۆ ئەوەی نەخۆشییەکان بناسێنێت بە نەخۆشەکە خۆی.

لەم پۆلەدا بینینی ئەو ئافرەتانەی کە دووچاری ئازاری جومگەکان بوون و توانای بەکارهێنانی دەستەکانیان نییە یا ئەوانەی دووچاری شێرپەنجەی گەدە بوون و پێوەی دەتلێنەوە شتێکی ئاسایی نییە. دکتۆر "پرات" کاتێک دەیبینی نەخۆشەکانی نەخۆشخانەی "بوستون" لە تاو سەر ئێشە، پشت ئێشە، ماندوویێتی و نەخۆشی جۆراوجۆری تر و هەتا لە نەخۆشییە شاراوەکانیشدا لە ئازاردان، بەڵام تاقیکردنەوە پزیشکییەکان توانای ناسین و دیاریکردنی ئەو نەخۆشیانەیان نییە و پزیشکە دێرینەکانیش نەخۆشیەکانی ئەوانی بە زادەی بیر و خەیاڵ دەزانی، هەر لەبەر ئەوە کەوتنە دۆزینەوەی ڕێگەچارە بۆ ئەو نەخۆشانە.

دکتۆر "پرات" لە سەرەتادا بیری لەوە دەکردەوە کە ئەگەر بە نەخۆشەکان بڵێت: (بگەڕێنەوە بۆ ماڵەوە و بیریشی لێ مەکەنەوە.) کارێکی خراپە، بۆچی زۆربەی ئەم نەخۆشانە ئافرەت بوون؟ لەبەر ئەوەی ئافرەتان لەچاو پیاواندا زیاتر هەست بە نەخۆشییەکان دەکەن، لەوە تێپەڕیوە ئەگەر چارەسەری نەخۆشییەکان ئەوەندە ئاسان دەبوو کە بە فەرامۆشکردنیان بەئەنجام بگەن ئەوکات هیچ شتێکی تر لە ئارادا نەدەما و خۆیان چارەسەری خۆیانیان دەکرد.

کەوایە دەبێ چی بکەن؟

دکتۆر "پرات" لەوپەڕی بێزاری و نائومێدیدا بەهۆی هاوکارەکانیەوە بە هەوڵ و ماندووبوونێکی زۆر پۆلەکانی کردەوە، سەیریش لەوەدایە هەر لەم قۆناغە سەرەتاییەدا ئەنجامێکی بەرچاو و سەرسووڕهێنەری بەدەست هێنا. کاتێک کە ئەم بابەتە دەنووسم بیست ساڵ لە چالاکی ئەم پۆلە ناوبراوە تێدەپەڕێ و هەزاران نەخۆش بە پراکتیزەکردنی چارەسەر کراون.

یەکێک لە خاڵە گرنگەکان کە لە زمانی نەخۆشەکانی ئەم مەڵبەندە فێرکارییەوە بیستراون، ئەمەیە کە زۆربەی ئەو نەخۆشانە دەڵێن: (لەم

پۆلەدا کاتێک کە لە ژێر چاودێری چارەسەرکردندا بووین هەستمان بە حاڵەتێک دەکرد کە مرۆڤ لە مەڵبەندە مەزهەبییەکاندا هەستی پێ دەکات).

یاریدەدەرەکەی من لەگەڵ ئافرەتێکدا کەوتە وتوویژ، کە ماوەی نۆ ساڵ بوو دەهاتە ئەو پۆلەوە. ئافرەتەکە بە یاریدەدەرەکەمی وت، کاتێک کە بۆ یەکەم جار پەیوەندی بەم پۆلەوە کردووە کە پزیشکەکان پێیان وتووە کە دووچاری نەخۆشی گورچیلە بووە و جگە لەوەش جۆرێک لە نەخۆشی دڵی هەیە. ئافرەتەکە لەو ڕۆژانەدا بە ئەندازەیەکی وەها نیگەران دەبوو کە هەندێ جار توانای بینینی خۆی لەدەست دەدا و بۆ ماوەیەک کوێر دەبوو.

یاریدەدەرەکەم کە لەگەڵ ئەم ئافرەتەدا گفتوگۆی کردبوو، دەیوت:

(ئەو ئافرەتە ئەمڕۆ ئافرەتێکی ئارام و شادمانە و لە نیعمەتی ساغ و سەلامەتی چێژ وەردەگرێت. ئەو لە ئێستادا ئافرەتێکی تەمەن چل ساڵە و زۆر بە شادمانی دێتە پێش چاو لە کاتێکدا کە خاوەنی چەند منداڵێکە. ئەو لە کاتێکدا کە یەکێک لە منداڵەکانی لە کۆشیدا خەواندبوو پێی وتم: ئەو ڕۆژانە ئەوەندە نیگەران بووم کە ئارەزووی مردنم دەکرد، بەڵام لەم دەرمانخانەیەدا پەیم بە پووچی بیرۆکەکانی خۆم برد و بە شێوازێک لە شێوازەکان دەستم دایە ڕێگریکردن و دوورخستنەوەی نیگەرانی).

دکتۆر "رز"، یەکێک لە پزیشکە ڕاوێژکارەکانی ئەم پۆلە دەڵێت:

(باشترین ڕێگە بۆ لابردن و دوورخستنەوەی نیگەرانی، ئەوەیە کە نیگەرانییەکانمان لە لای کەسێکی باوەڕپێکراو و دڵسۆز باس بکەین).

نەخۆشەکان لە کاتێکدا پەیوەندی بەم دەرمانخانەیەوە دەکەن، لەگەڵ وەها حاڵەتێکدا ڕووبەڕوو دەبنەوە کە دەتوانن تەواوی ئازار و

دەردەکانیان تا ئەو شوێنەی مەبەستیانە باس بکەن و ئەو دژوارییە لە بیری خۆیاندا بسڕنەوە.

لێپرسـراوانی دەرمانخـانە باوەڕیـان وایە بیرکـردنەوە لە بـابەتی نیگەرانیهێـنەر و شـاردنەوەی بیروبۆچـوون و هەڵچـوونی دەرونـی دێنێتە ئاراوە. هەموو یەکێک لە ئێمە دەبێت بۆ ئازار و ڕەنجەکانی هاوەڵێک بۆ خۆی هەڵبژێرێ. دەبێ خۆمان قایل بکەین کە لە مەیدانی دنیای شاراوە کەسێک پەیدا دەبێت کە گوێ بۆ دەردەدڵەکانی ئێمە ڕادێرێت و دەرک بە قسەکانمان بکات.

یاریدەدەرەکەی من شاهیدی تەسکینی ئافرەتێک بوو کە لە کاتی نیگەرانیدا بۆی هاتبووە پێش.

ئەو ئافرەتە گیرۆدەی نیگەرانی خانەوادەیی بوو و لە سەرەتادا کە دەیویست قسە بکات، وەک ئسپرینێکی پەستێنراو دەهاتە پێشچاو کە هەر ساتێک چاوەڕوانی ڕزگاربوونی دەکرد، بەڵام وردە وردە کە بەرەوپێشەوە دەڕۆشت ئازادتر و ڕاحەتتر دەبوو، تا وای لێهات لە کۆتایی گفتەکانیدا زەردەخەنە کەوتە سەر لێوانی.

بەڕاست ئایا کێشەکانی چارەسەر کرابوون؟ نەخێر، بەو شێوە سادە و ساکاریەش نەبوو. ئەوەی کە زەردەخەنەی خستە سەر لێوانی گفتوگۆکردن بوو لەگەڵ خەڵکیدا و پەندوەرگرتن بوو لێیانەوە و هەبوونی هاودەرد بوو کە گوێیان بۆ گفتەکانی ڕادەدێرا.

لە ڕاستیدا شتێک کە ببێتە هۆی بەدیهێنانی گۆڕانکاری کاریگەری موعجیزەئاسا، گفتوگۆکردنە. دەروونناسان و شیکارە دەروونیەکان، ئەمڕۆش پشتگیری لە توانای گیانبەخشی وتوویژ دەکەن. لە دەورانی "فرۆید" تا ئێستا پزیشکەکان بڕوایان وایە کە نەخۆشەکان قایلن بەوەی کە تەنها بە وتوویژکردن و دەردەدڵکردن، هەڵچوونە دەروونییەکان ئارام دەبێتەوە و دەستەمۆ دەکرێت.

بۆچی بەو شێوەیەیە؟ مەگەر ئەم ئیحتیماڵە بوونی نییە کە بە دەردەدڵکردن زیاتر پەی بە هەڵچوونە دەروونییەکانی خۆت دەبەیت؟ هیچ کەس لەم مەیدانەدا هەموو وەڵامەکان نازانێت، بەڵام هەموان لەسەر ئەم بیروبۆچوونە کۆکن کە دەردەدڵکردن و کردنەوەی گرێکوێرەکانی دەستبەجێ تەسکینی و ئارامی لەگەڵدایە.

ئێستا کە بەم ڕێگە عاقڵانەیە دەتوانرێت ئەوە بێت کە کاتێ لە ناخەوە نیگەرانین با بۆ کەسی بەرامبەرمانی بەیان بکەین. هەڵبەتە مەبەستم ئەوە نییە کە بە هەر کەسێک گەیشتین هاوار و سکاڵانامە بەرز بکەینەوە، بەڵکوو دەبێ دەردی دڵ لەگەڵ کەسانێکدا بکەین کە بڕوا و متمانەی تەواومان پێیان هەبێت. کەسێکی لەم شێوەیە لەوانەیە خزم و کەسوکار، پزیشکێک، مافناسێک، وەزیرێک یا کەسێکی دەروونناس بێت.

دەتوانیت بەو کەسە بڵێیت:

(من کێشەیەکم هەیە کە پێویستم بە ڕێنمایی هەیە! دەمەوێت گوێ بۆ گفتەکانم ڕادێریت، لەوانەیە ئامۆژگارییەکانی تۆ بۆ من بەسوود بێت! بۆی هەیە گۆشە تاریکەکانی کێشە و ئاستەنگەکانی من کە ئازارم دەدات بۆ تۆ ڕووناک بێت! ئەگەریش نەتتوانی ڕێنمایم بکەیت، هەر ئەوەندەی کە گوێ بۆ گفتەکانم ڕادێریت یارمەتییەکی گەورەیە بۆ من.)

ئەوەی کە لە خوارەوە دەکەوێتە بەرچاوتان دەستوورگەلێکی بەکەڵکن کە لە باسکردنی دەردی دڵ و ئەندێشەکانەوە سەرچاوەی گرتووە: خانمانی ماڵەوە تاقیان کردۆتەوە، ئێوەی خانمانیش دەتوانن هەر لە ماڵەوە سوودی لێ ببینن:

1. بۆ تۆمارکردنی داواکارییەکی گرنگ کە دەیخوێنیتەوە یا لە خەڵکی دەبیستیت، تیانووسێکی بچووک ئامادە بکە، لەم تیانووسەدا

هۆنراوەی سەرنجڕاکێش، کورتە وتار، کورتە نزا، ڕستەی درەوشاوە و پەندی بەکەڵک کە لە ژیاندا بزانێت بە کەڵکی حاڵت دێت، یادداشتیان بکە و ئەو کاتەی کە نیگەران و بێزاریت و تووشی ئازاری ڕۆحی بوویت سەرنجیان بدە و پێیاندا بچۆرەوە سەر لەنوێ و زیاتریش نەخۆشەکانی دەرمانگای "بوستون" ساڵەهایە ئەم تیانووسەیان ئامادە کردووە و بڕوای تەواویان پێیەتی و دەڵێن ئەمە تاکە چەکی دەروونە.

2. سەبارەت بە عەیبی خەڵکی ئەوەندە پێداگیری مەکە، حەتمەن مێردەکانی ئێوەیش بەهەمان شێوە عەیبدارن، خۆشتان عەیبتان هەیە نەوەک وەها بزانن ئەگەر عەیبێکتان هەبوایە لەگەڵتاندا هاوسەرایەتیان نەدەکرد، لە پۆلدا ئافرەتێک کە مێردێکی گرژومۆن و هەرانسانکەری هەبوو، لێیان پرسی ئەگەر مێردەکەت بمرێت چی دەکەیت؟ ئافرەتە ئەوەندە ئەو پرسیارەی پێ ناخۆش بوو دەستبەجێ پێنووسێکی گرتە دەست و پەڕاوێکی هێنا و چاکەکانی مێردەکەی تێدا تۆمار کرد و لیستێکی تەواوی بۆ دروست کرد. بۆچی کاتێک کە مێردەکانتان عەیبێکیان هەیە، وەها کارێک ئەنجام نادەن؟ دوای ڕێکخستنی لیستی چاکەی مێردەکانتان تەماشا دەکەیت کە ئەو هەر هەمان ئەو پیاوەیە کە دەتویست.

3. لەگەڵ هاوسێکانتدا پەیوەندی ببەستە سەبارەت بە کەسانێک کە لە سنوورێکدان، یاخود لە کۆمەڵە بینایەک لە یەک ناوچەدان یا لە کۆلانێکی بچووکدان با هەموو پێکەوە بە خۆشەویستی و میهرەبانی بژین و بە تەنگ یەکترەوە بین، لە ئافرەتێکی نەخۆشی گۆشەگیر و بێزاریان پرسی کە هیچ دۆست و خەمخۆری نەبوو، وتیان دەربارەی کەسێک بدوێ کە وەک خۆت دەیبینیتەوە ئافرەتەکەش بۆ ئەم کارە ناچار بوو گۆشەگیرییەکەی خۆی دەرببڕێت و بکەوێتە گفتوگۆ، ئێستا ئەو گۆڕاوە بۆ ئافرەتێکی خۆشحاڵ و بەهۆش، شایەنی هاوڕێیەتیکردنە و دەردەکانی خۆی بە دەستی فەرامۆشی سپاردووە.

3. ئەم شەو پێش ئەوەی بچیتە سەر جێگەی خەوتن و بخەویت بەرنامەیەک بۆ بەیانیت دابنێ.

بەڕێوەبەرانی دەرمانگەی نەخۆشخانەی (بوستون) دوای لێکۆڵینەوە و ئەزموونێکی زۆر، گەیشتنە ئەو ئەنجامەی کە ژنانی (کەیبانوو)، چونکە بەردەوام لە ماڵەوە کاریان هەیە و کۆتایی پێ نایەت هەمیشە بێزارن، ئەوان هەرگیز دەستبەتاڵ نین، خەریکن و شپرزەن، بۆڕزگاربوون لەو شپرزەییە پێشنیاریان کرد کە هەموو شەوێک بۆ سبەینێ بەرنامەکەی بۆ داڕێژرێت.

ئەزانی ئەنجام بە چی گەیشت؟ کاری زیاتر هاتە پێش و ماندوویێتی کەمتر دەرکەوت، جگە لەوەش هەستێکی خۆشی و کامەرانی لە خانماندا دەردەکەوێت، چونکە کاتی تەواوی بۆ بنەبڕکردنی ماندوویێتی و فریاکەوتن دۆزییەوە، هەر خانمێک ماوەیەک لەکاتی ڕۆژانەی تەرخان بکات بۆ ئارایشت و خۆڕازاندنەوە، دیارە کەمتر دەکەوێتە ژێر فشاری تووڕەبوونەوە.

4. لە فشار خستنە سەر خۆت و خۆماندووکردن وریا بە و خۆت بپارێزە، بەدەستهێنانی پشودانیش لە کیس مەدە و پشوو بدە. هیچ هۆکارێک وەک ماندوێتی و فشارلەخۆکردن ژن پیر و پەککەوتە ناکات.

یاریدەدەرەکەم ماوەی کاتژمێرێک لە دەرمانگەی (بوستون)دا دانیشتنێکی لەگەڵ پرۆفیسۆر (پل جانسون)دا کرد، لە بارەی ڕەوش و یاساکانی پشوودانەوە بیروڕایان گۆڕییەوە.

بۆ سەلماندنی ئەوەی کە فێرکردن و ڕاهێنانەکانی پرۆفیسۆر دەربارەی ڕەوشی پشوودان تا چ ئاستێک کاریگەرە، ئیتر یاریدەدەرەکەم دوای دە خولەک ڕاهێنان لە کاتێکدا کە لەسەر کورسییەکەی خۆی چەماندبوویەوە، خەوێکی خۆشی لێ کەوت.

بـــۆچی پشــــوودان تـــا ئەم ئاســـــتە گرنگــــی هەیە؟ لەبەر ئەوەی مەســــەلەیەک ئەمەی ســــەلماندووە کە گرنگتــــرین دەرمـــان بـــۆ ئەو نەخۆشانەی دووچاری نیگەرانی و بێزاری و هەڵچوونی ڕۆحی دەبنە وە، تەنها پشوودانە. ئەگەر ئێوە خانمی ماڵەوەن لە کاتی خۆیدا پشوو بدەن.

ئێوە ئەو دەسکەوتە گەورەیەتـان هەیە هەر کاتێک ئـارەزوو بکەن دەتـوانن بــخەون، هەتــا دەشـتوانن لە حەوشــە و ڕاڕەوی مــاڵەکەی خۆتانــدا ڕاکشــێن. پێشــت ســەیر نەبێــت کە دەڵــێم: کەفــی زەویــیە ڕەقــوتەقەکەی ژوورەوە بــۆ پشـــوودان زۆر بەکەڵکتـــرە لە نــوێن و جێگەی نوستنی گەرموگوڕ. ڕووی زەوییە ڕەقوتەقەکەی ماڵەوە ئازار بە ستوون و بڕبڕەکانی پشتتان ناگەیەنێت.

ئێستا چەند ڕاهێنانێکی سوودمەند دەخەمە پێش چاوت کە دەتوانیت لە مـــاڵەوە ئەنجـامی بـدەیت، هەفـتەیەک ڕاهێنــانی لەســـەر بکەیــت، شــوێنەواری موعجیزەئاســای لە ڕازاوەیــی و شــادمانی خۆتــدا بەدی دەکەیت.

1. کـاتی هەســتکردن بە مانــدوویتی لەســـەر ڕووی زەوی ژوورەکە ڕاکشــێ، جەســتەت تــا هەر شــوێنێک بــۆت ئەلوێــت ڕاکێشــە، ئەگەر ویســتت بە پشــتدا بــکەوە. ڕۆژی دووجــار ئەم ڕاهێنــانە بە ئەنجـام بگەیەنە.

2. چاوەکانــت بنــوقێنە و قســەکانی پرۆفیســۆر (جانســون) لەبەر خــۆتەوە بڵێــرەوە: خۆرەتــاو بەســەر ســەرمەوە ئـاڵتوون دەبارێنێـت! ئاسمان شین و درەوشاوەیە! سروشت بە ئاسوودەیی خۆیەوە زاڵە بەســـەر کــۆمەڵەی جیهانــدا، مـــن زادەی سروشـــتم و هەمـــاهەنگی گەردوونم. (لەم حاڵەتەیشدا دەتوانیت دوعایش بخوێنیت).

3. ئەگەر لە ڕاکشانەکەتدا لەوانە بوو خواردنێک لەسەر ئاگر بێت و بسووتێت، هیچ نەبێ دەتوانیت لەسەر کورسییەکی جێگیر، وەک پەیکەرێکی بێجووڵە دانیشیت و دەستەکانتی بە ئیسراحەت بۆ درێژ بکەیت.

4. ئێستاکە لە حاڵەتی پشوودانداییت، هێواش هێواش پەنجەکانت خاو بکەرەوە و بهێڵە پشوو بدەن، دوای پەنجەکانت نۆبەتی ماسوولکەکانتە، بهێڵە با ماسوولکەکانی قاچیشت پشوو بدەن. کاتێک گەیشتیتە ماسوولکەکانی شانومل، سەرت وەک تۆپی فتبۆڵ ئازاد بکە. دوای ئەوە بە گوێرەی یاسای کارکردنی بەندی پێشوو، خۆت ڕابێنە کە ئارام بیت... ئارام بیت...

5. دەمارەکانت بە هەناسەدانی ڕێکوپێک و هێواش ئارام بکەرەوە. هەناسەی قووڵ هەڵبکێشن. بیردۆزی ڕاهێنەرە هیندییەکان کە بیر و ڕایان وایە هەناسەی قووڵ و ڕێکوپێک باشترین ڕێی چارەسەرکردنی گرژبوون و هەلئاوسانی دەمارەکانە، بیردۆزەیەکی تاقیکراوە و بەکەڵکە.

6. بیر لە چرچولۆچەکانی ڕووخساری خۆت بکەرەوە و هەوڵی پاککردنەوە و جوانکردنی بدە، مەبەستم لەو چرچولۆچەکانەیە کە لە ئەنجامی نیگەرانییەوە بەدی هاتوون، کە لە نێوان هەردوو برۆ و گۆشەکانی لێودا دەردەکەون. ئەگەر لە ڕۆژێکدا دووجار ئەمە ئەنجام بدەیت پێویستیت بە مەساژکردن نابێت لە ئارایشتگاکاندا. ئەم چرچولۆچە دەبێت لە ناخدا قەڵاچۆ و بنەبڕ بکرێت، نەک بە هۆکارە دەستکردەکان لە دەرەوە.

بەندی بیستوشەشەم

چوار کرداری سوودمەند

بۆ ئەنجامی جڵەوگیری لە بنەبڕکردنی دەرکەوتن و تەشەنەکردنی نیگەرانی.

مێـزی کـارکردنەکەت لەو کـاغەز و پەڕانەی کە هەبوونیـان زۆر پێویسـت نیـیە، پـاک بـکەرەوە، تەنهـا ئەو یاداشـتانە دەمێنێـتەوە کە هەڵگـرتن و مانەوەیـان پێویسـتە! رولنـد. ل. ویلیـام، کە لە کـاتی نووسینی ئەم کتێبەیدا سەرۆکی هێڵی ئاسنی شیکاگۆ بوو، دەڵێت:

- کەسێک کە ڕووی مێزەکەی پڕ بێت لە کاغەز و ئەو یاداشتانەی کە پێی وایە ڕۆژێک هەر دێت کە پێویستی پێیان بێت و کەڵکیان لێ وەربگرێت، ئەگەر مێزەکەی لە کاغەزی ڕەشکراوە بە چەند بابەتێکی جۆراوجـۆر پـاک بکـاتەوە تەنهـا یادداشـتە بەکەڵـک و پێویسـتەکان بهێڵێتەوە، دەبینێت کە کارەکەی بە ئاسـانترین شـێوە پراکتیـزە دەکـات. من ئەم کارە بە کارێکی شایستە و بەجێ لە قەڵەم دەدەم.

یەکەم هەنگـاو بـۆ تێگەیشـتن و بەدەسـتهێنانی ئەنجـامێکی ویسـتراو لەم ڕەوشەوە خوێندنەوە دەستکەوتی تێڕوانینی منە، هەڵبەتە ئێوەیش دەتـوانن ئەم تێڕوانینەتـان هەبێـت، بەڵام وانـازانم ئێـوە بتـوانن کتێبخانەکەی کۆنگرێس لە واشنتۆن ببینن. ئەگەر ڕێتان کەوتە ئەوێ، ئێوەش دەتـوانن ببیـنن کە بە سـەقفی هـۆڵی ئەم کتێبخـانەیەوە پێنج وشە لە بەیتی هەڵبەستەکانی پووپ، چەند جوان ڕازاوەتەوە:

(ڕێکوپێکی یەکەمین فەرمانی ئاسمانییە).

یەکەمین دەستوور لەهەر کارێکدا دەبێت ڕێکوپێک بێت، بەڵام ئایا وایە؟ بە دڵنیاییەوە نەخێر، ڕووی مێزی زۆرێک لە کاسبکاران و فرۆشیاران و پیشەوەران پڕن لە کاغەز و وەرەقانێک کە چەندەها هەفتەی بەسەردا تێدەپەڕێت سەیر ناکرێن و چەندەها هەفتەی تریشی دێتە سەر و تا دواییش لەوانەیە بدڕێینرێن.

بڵاوکەرەوەی ڕۆژنامەی ئاورلئان بۆی باس کردم:

(کاتێک کە نووسەرەکەم یەکێک لە مێزەکانی پاک دەکردەوە مەکینەی دەرزییەکەی دۆزییەوە کە دوو ساڵ لەمەوبەر ونی کردبوو).

ڕواڵەت و مەنزەرەی سەرمێزێکی شێواو و شپرزە و پڕ لە یادداشت و نامەی وەڵام نەدراوە و شتی پڕوپووچ بەسە بۆ توورەبوون و بێزاری کەسێک. خراپتر لەوەش بیرکردنەوەیەکە، کە بە بینینی ئەو هەموو کاغەز و پەڕەیەی کە لەسەر مێز ئازارت دەدات و ئەم بۆچوونەش دێنێتە ئاراوە کە بواری تەواوت بۆ ڕاپەڕاندنی ئەم هەموو کارە نییە. ئەم بیرکردنەوەیەش نەک تەنها بەرەو نیگەرانی و ماندووبوون ڕاپێچت دەکات، بەڵکوو لە دواییدا دەگۆڕێت بە فشاری خوێن و نەخۆشی دڵ و برینداری گەدە.

ڕەفتاری ژمارە دوو:

ئەو کارانەی پێتان وایە زۆر گرنگن بە ڕێکوپێکی ئەنجامیان بدەن.

ئەمە بیروبۆچوونی یەکێک لە دامەزرێنەرانی کۆمپانیایەکی گەورەی ئەمریکییە، سەیر لەوەدایە کە دەڵێت: تا ئێستا لە ئاستی پارەپێدانی

هیچ هەقدەسێکدا نەمتوانیوە کەسێک بدۆزمەوە کە ئەم دوو ڕەفتارەی هەبێت:

ا- ڕەفتاری بیرکردنەوە.

ب- ئەنجامدانی کارەکان بە ڕێکوپێکی و بە گرنگی پێدانەوە.

ئەگەر "برنارد شۆ"، نووسەری گەورەی ئینگلتەرا، دەرکی بەوە نەکردایە کە کاری بەبایەختر لە یەکەم جارەوە دەست پێ دەکات، لەوانە بوو نووسەرێکی ئەوەندە بەناوبانگ نەبوایە و بۆ هەمیشە تا کۆتایی ژیانی کاری هەر سندووقداری بانق بوایە، بەڵام ئەم نووسەرە بەتوانایە، سەرەتا بەرنامەیەکی ڕێک خست کە بتوانێت لە ڕۆژێکدا پێنج پەڕە بنووسێت. ئەم بەرنامە و بەڕێوەبردنە بەهێزە بۆ بەئەنجامگەیاندنی ئەمە بووە هۆی ئەوەی کە "برنارد شۆ" لەو حاڵەی کە هەیبوو ڕزگار بکات.

ئەو شێوازەی "برنارد شۆ" خۆی بۆ ئەنجامەکەی ناچار کردبوو، نۆ ساڵی تەواوی بێوچان پراکتیزە کرا و ئەو لە ڕۆژانێکدا کە کۆی دەرامەتەکەی زیاتر لە سێ دۆلار نەدەبوو، دیسانەوە خۆی بە پابەندی نووسینی پێنج پەڕە دەزانی.

هیچ کارێک بەبێ بەرنامە ناتوانێت سەرکەوتوو بێت، سەرسام نەبیت لەوەی کە بڵێم، هەتا بۆ نووسینی "ڕوبنسون کروز" بە شێوازێکی ڕێکوپێک و گونجاو کاتژمێرێک لە کات پێویستە.

ڕەفتاری ژمارە سێ:

لە کاتێکدا کە لەگەڵ نەگونجاوی و ناحەزی ڕووبەڕوو دەبیتەوە ئەگەر بەڵگەی تەواوت بۆ پلان و نەخشە پێیە، دەستبەجێ بڕیار بدە

و ئەنجا بیخەرە قۆناغی پراکتیزەکردنەوە، هەرگیز بڕیاردان و پراکتیزەکردنەکەی دوا مەخە.

یەکێک لە قوتابیەکانی پێشووی من بە ناوی "هاول"، خودا لێی خۆش بێت، چەند مانگێک پێش مردنی پێی وتم:

(کاتێک ئەندامانی دەستەی بەڕێوەبەرایەتی کارخانەی پۆلاسازی بووم لە ئەمەریکا، لەم مەسەلەیە ڕەنجم دەکێشا و بێزار بووم، کە دانیشتنەکانی دەستەی بەڕێوەبەرایەتی زۆربەی جار درێژەی دەکێشا و ئەندامەکان بابەتی جۆراوجۆریان پێشنیار دەکرد، بەلام بڕیاردان قەتیس مابوویەوە و زۆر کەم بوو کە هەر یەکێک لە ئەندامان ناچار بوون فایلی گوزارشتەکان بۆ لێکۆڵینەوە لەگەڵ خۆیاندا ببەنەوە بۆ ماڵەوە.)

هاول بۆی ڕوون کردمەوە کە لە کۆتاییدا سەرکەوتوو دەبێت ئەگەر دەستەی بەڕێوەبردن لە هەر دانیشتنێکدا یەک بابەت پێشنیار بکەن و دەربارەی ئەو پێشنیارە بڕیار بدەن و نەخشە و پلانی ڕێکوپێکی بۆ دابڕێژن، پاشان چارەسەری کێشەکەی پێ بکرێت، ئینجا بە دوای بابەتێکی تردا بچن.

لەسەر قسەکەی هاول: (ئەنجامی ئەم کارە زۆر سوودمەند و شایەنی سەرنجدان بوو. ئیتر پێویست نەبوو هەر یەکێک لە ئەندامان فایلی گوزارشتەکان بباتەوە بۆ ماڵەوە و لە ماڵەوەش ماوەیەکی کاتی بۆ تەرخان بکەن، چونکە بە تەنها بڕیاردان و نەخشەدانان کەمتر دەتوانرێت بۆ بابەتی بێ چارەسەر دابنرێت و نیگەرانی بێبناغەش بەرۆکیان پێ بگرێت).

ئەم ڕەوشە نەک تەنها بۆ هاول و هاوڕێکانی بەکەڵک بوو، بەڵکوو دەتوانێ بۆ من و ئێوەیش بە شێوەی دابونەریتی لێ بێت و لە ڕادە بەدەر بەکەڵک بێت.

ڕەفتاری ژمارە چوار:

ڕێگەی دروستکردن و قەرەبووکردنەوەی کار و هەڵبژاردنی لێپرسراویەتی بۆ کەسانی لێهاتوو، پێناساندنی کارەکەیەتی. پێت سەیر نەبێت کە دەڵێم بازرگان و کاسبکار و پیشەوەرانێکی زۆر پێش کاتی دیاری کراو بە ئەنقەست پەیکەری بێگیانی خۆیان بەرەو گۆڕستان بردووە، بۆ نموونە کەسانێکیش کە بە دوای ئەواندا ڕێی گۆڕستان دەگرنە بەر کەم نین. دەزانی بۆچی؟ چونکە ئەوانە هەرگیز فێرنەبوون چۆن لێپرسراویەتی بخەنە ئەستۆی کەسانی تر.

ئەوانە وەک پیشەی هەمیشە سوور بوون لەسەر ئەوەی تەواوی لێپرسراویەتییەکان خۆیان لە ئەستۆی بگرن و لە ئەنجامیشدا دەرگیری وردەکاری و ناڕێکوپێکی و دەستوپێ بەستراوی دەبن و شتانێک گرفتاریان دەکات کە بە هیچ جۆرێک بایەخی نییە.

ئەوانەی کە لە دەریای نیگەرانی و بێزاریدا گرفتار دەبن لە گەرداوی بێهوودەیی، نائومێدانە ئەوەندە دەستوپێ دەکوتن و پەل دەهاوێژن تا نوقم دەبن. هەڵبەتە ئەوە دەزانم، سپاردنی لێپرسراویەتی بە خەڵکی کارێکی ئاسان نییە، هەتا بە لای منەوە ئەرکێکی زۆر گران بوو، بەڵام دەبێت خۆت ڕابێنیت.

بۆ نموونە چاک دەزانم کە قەرەبووکردنەوەی لێپرسراویەتی و هەڵبژاردنی کەسانی نا شایستە و بێئەزموون چ کۆتاییەکی خراپ و ترسناکی هەیە، ئەمانەش دەبنە هۆی نیگەرانی و ماندوو بوون.

بەندی بیستوحەوتەم

{ڕێگەی نەهێشتنی بێزاری و بەرهەمهێنەری ماندوویتی، نیگەرانی، تووڕەیی}.

یەکێک لە هۆکارە گرنگەکانی دەرکەوتنی ماندوویتی، بێزاری و دڵتەنگییە. بۆ ڕوونکردنەوەی ئەم بابەتە مۆڵەتم بدەنێ نموونەیەک بهێنمەوە:

کوڕە گەورەکەتان ئێوارە لە شوێنی کارکردنەکەی دێتەوە بۆ ماڵەوە. ئەوەندە شەکەت و بێتاقەتە کە زۆر بە دژواری لە بەرامبەر تکای دایکی خۆی دەدا بە دەستەوە و قایل دەبێت تا کاتی ئامادەکردنی نانی ئێوارە بێدار بێت و دوای ئەوە بخەوێت. تا کاتێک نان پێدەگات زەنگی تەلەفون لێدەدرێت. یەکێک لە هاوڕێکانی کوڕەکەت داوای لێ دەکات لەگەڵ هاوڕێکانیدا بچێتە دەرەوە. کوڕەکەتان دەستبەجێ دەچێتە ژوورەکەی خۆی و خۆی دەگۆڕێت و شاد و خۆشحاڵ -بێ گوێدانە ڕای ئێوە- لە ماڵ دێتە دەرێ.

کاتژمێر سێ و نیوی دوای نیوە شەو دەگەڕێتەوە، ئێوە کە نیگەرانن و چاوەڕوانی دەکەن، تێدەگەن کە ئەو ئەوەندە خۆشحاڵ و شاد و سەرحاڵە کە لە خۆشحاڵیدا خەوی لێ ناکەوێت.

بەڕاست کوڕەکەتان نۆ کاتژمێر لەمەوپێش ماندوو بوو؟ بۆچی ئەوەندە بێزاری نیشان دەدا کە دایکی بە زۆر داینیشاند تا کاتی ئامادەکردنی خواردن نەخەوێت؟ بەڵێ، ڕاستییەکەی ئەوە بوو کە ئەو بە توندی هەستی بە ماندوو بوون دەکرد. ماندوو بوون و ئازاردانی

ئەو ئەنجامی بێزاری بوو لە کارەکەی. لەوانەیە لە ژیان و ماڵیشدا دڵی خۆش نەبێت. کوڕ و کچی ئێوە لەم ڕوانگەیەوە بە تەنها نین. ملیۆنەها کەس بەم حاڵەتەوە گرفتارن. من و تۆیش لەوانەیە لەم کۆمەڵەیە بین.

ڕاستییەکەی ئەوەیە کە حاڵەتی ڕۆحی و هەستەکانی ئێوە بە شێوەیەکی زیاتر لە چالاکییەکانی جەستەیی و فیزیایی ماندووهێنەرە. چەند ساڵ لەمەوبەر دکتۆر "ژوزف مارک" لە بڵاوکراوەیەکی دەروونناسیدا لە ڕاپۆرتێکدا ئەوەی سەلماند کە بێزاربوون لە کارکردن دەبێتە هۆی تەشەنەکردن و دەرخستنی ماندووبوون.

دکتۆر "مارک" بۆ ڕێکخستنی ئەم گوزارشتە دەستی دایە تاقیکردنەوەی جۆراو جۆر، یەکێک لەوانە بەم شێوەیە بوو کە ئەو دەستەیەک لە خوێندکارەکانی خستە سەر کارێک کە دەیزانی بچووکترین پەیوەندیان بەو کارەوە نییە.

ئەنجامەکەی چی بوو؟

خوێندکارەکان بە زوویی هەستیان بە ماندوویەتی و سستی کرد، زۆرێک لەو خوێندکارانە لە تاو سەرئێشە و چاوئێشە سکالایان بۆ دکتۆر مارک برد. تەنانەت لە ڕووی تێکچوونی کۆئەندامی هەرسەوە تێک چووبوون.

ئایا تەواوی ئەوانە زادەی بیر و خەیاڵ بوون؟ نەخێر، تاقیکردنەوە پزیشکییەکان دەریانخست کە کۆئەندامی سووڕی خوێن، هەرس و هەناسەدانی ئەم دەستەیە لە خوێندکارەکانی دکتۆر مارک بەڵگەی تەواوی بەدیهێنانی ناخۆشییەکانی بەدەستەوە دا.

ئەنجامی تاقیکردنەوەکە ئەمە بوو کە کاتێک کەسێک لە کارێک بێزارە فشاری خوێن و ڕێژەی ئەو ئۆکسجینەی کە بەکاری دێنێت دێتە خوارەوە، هەمان تاقیکردنەوە دەریخست کە هەمان کەس دوای

گەڕانەوەی بـۆ ئەو کـارەی کە خـۆی بەدڵیەتـی دڵخۆشـە و زۆر بە زوویی دەگەڕێتەوە باری ئاسایی خۆی.

نموونەیەکی تر دەهێنمەوە تا زیاتر ڕوونی بکەمەوە:

بیهێنە بەرچـاوی خـۆت کە کـاتژمێر هەشـتی بەیـانی دوای شـەوێک پشوودان بۆ جێگەی کارکردنی خـۆت دەچیت و کـاتژمێر دووی پاش نیـــوەڕۆ بە شــــەکەتی و مانـــدوویی دەگەڕێـــتەوە، بەڵام لە ڕۆژە پشووەکانی کۆتـایی هەفتەدا ڕێتـان کەوتـووەتە کەنـاری دەریـا. لێرەدا کاتژمێر پێنجی بەیـانی هەوای سـازگاری کەنـاری دەریـا مۆڵەتی خەو بە ئێـوە نـادات. هەڵدەسـتیت و دەچیـتە کەنـاری دەریـا و هەتـا شـەو بێوچـان مەلەوانـی دەکەیـت و لە نـاوچە جەنگەڵییەکانی نزیـک دەریـادا هـاتوچۆ دەکەیـت، کـاری جۆراوجـۆری تـر ئەنجـام دەدەیـت. کـاتژمێر هەشـتی شـەو بـۆ پشـووگە دەچیـت لە حـاڵێکی شـاد و سـەرحاڵ و کامەراندایت.

لە جـاری یەکەمـدا شــەش کـاتژمێر کـارکردن مانـدوو و بێـزاری کــردووی، لە حــاڵی دووەمیشــدا پــانزە کــاتژمێر گەڕان و هــاتوچۆ کامەرانی کردوویت.

کێوبڕین کارێکی ئاسان نییە و ماندوویەتی نابێت فەرامۆش بکرێت و بە کەم بزانرێـت، لە کاتێکـدا کەسـانێک هەن کە زۆربەی ڕۆژەکـان پـێش دەسـتبەکار بـوون دڵخۆشـن بـۆ ئەم کـارە هەنگـاو دەنێـنن بە ڕۆحیەتێکی تەواوەوە ئەچـنە سـەر کـار، بەڵام ئەم کەسـانە ئەگەر بە کاری حەزی خۆیـان سـەرقاڵ نەبن لە کـاتی بەسـەربردنیدا لە جێگەی کـــار ڕووی نەفرەتکـــردن لە خۆیـــان دەکـــەن و زیـــاتر لە هەوڵـــی ماندووبوونەکەی بڕینی کێو هەست بە ماندوویەتی دەکەن.

دکتـۆر "ئـادوارد" مامۆسـتای زانکـۆی کۆلۆمبیـا لە تاقیکردنەوەکـانی دۆزینەوەی ماندوویەتی هەفتەیەکی تەواو دەستەیەک لە لاوانی خستە

ژێر تاقیکردنەوە، بە خەریککردن و سەرگەرمکردنیان بە کارێکەوە کە ئارەزوویـان بێـت و پەیوەنـدی بە خۆیـانەوە هەبێـت لە نـزیکەوە ئاگـاداری دەکـردن. دوای ئەو تـاقیکردنەوەیە بـوو کە دکتـۆر ئەم مەبەستەی ڕاگەیاند:

بێزاربوون لە کار تەنها هۆکارێکە کە لە کار و چالاکییەکانی مرۆڤ کەم دەکاتەوە.

ڕوونکردنەوەی تریش لەم ڕوانگەیەوە پێویستە:

تۆ ئەگەر کاری فکریت هەیە بە ئاسانی دەتوانیت لێم وەربگریت کە سارقاڵی کاری زۆر دەبێتە هۆی ماندووبوون، تەنانەت وا دێتە پێش کە لە کارانێک کە سەرکەوتنت بەدەست نەهێناوە ماندوو بیت.

بۆ نموونە لە بەرچاوی بگرە کە چەند ڕۆژێک لەمەوبەر لە ئیدارە، سەردانکردنی زۆر و قەرەباڵغی موراجیعان مۆڵەتیان نەدا بە چاکی کارەکانتان ئەنجام بدەن، بە پێچەوانەی خواست و ویستی خۆتان کارتان لەپێش نەدەڕۆشت هەرچەندە کە ئەوە دەگەیەنێت کە کاری کەمترت کردووە کە چی زیاتر ماندوو بوویت و بە سەرئێشە و شەکەتیەوە گەڕایتەوە بۆ ماڵەوە.

بەڵام ڕۆژی دوایی کارەکان بە چاکی بەڕێوە چوون چل بەرامبەری ڕۆژی پێشوو کارت ئەنجام داوە و شەویش بە خەیاڵی ئاسودە و ئارام ملی ڕێگەی ماڵەوەت گرتۆتە بەر.

بەڕاست لەم بابەتە دەتوانین چ ئەنجامێک بەدەست بێنین؟ ئاسانترین وانە ئەمەیە:

(ماندوویێتی لە کاریگەری کارەوە پەیدا نابێت، بەڵکوو لە بێزاری و توورەییەوە پەیدا دەبێت.)

دە هەنگاو ڕێگەبڕین بۆ لای ئافرەتێکی بەدڕەفتار و دەمەدەمەکەر ماندووکەرترە لە سێ میل ڕێگەبڕین بۆ لای ئەویندارێکی جوان و خۆشەویست. لەم بارەیەوە دەتوانیت چی بکەیت؟

لەم بارەیەوە تەنها کارێک، خۆڕاهێنان و ئیرادەکردنە بۆ گۆڕینی کارێکی ناخۆش و ماندووئامێز بە کارێکی خۆش و ئارامی بەخش.

چەند ساڵێک لەمەوبەر کەسێک بە ناوی "هوارد" بە بڕیارێکی بنەڕەتی گۆڕانکارییەکی تەواوی لە ژیانی خۆیدا هێنایەکایەوە. ئەو

بڕیاری دا کە کارە ماندووبەخشەکەی بگۆڕێتەوە بە کارێک کە خۆی حەز و ئارەزووی لێیەتی. بەڕاستی کارەکەی ماندووکەر بوو. ئەو لە قوتابخانەیەکی دواناوەندی شەوانە و ڕۆژیدا خەریکی پاککردنەوەی مێز و شۆرینی پەردە بوو لە کاتێکدا کە منداڵان خەریکی یاریکردن بوون ئەم لە هۆڵی خواردەمەنیدا خەریکی کۆکردنەوەی بەرگ و زەرف و کاغەزی ئەو بەستەنییانە بوو کە لەو شوێنەدا فڕێ درابوون. ئەو هەرچەندە لە کارەکەی بێزار بوو، بەڵام بڕیاری دا کە ڕێگەی ڕووبەڕووبوونەوەی ئەم بێزاریانە بگرێتە بەر.

هوارد لە سەرەتادا بڕیاری دا دەربارەی دروستکردنی بەستەنی لێکۆڵینەوە ئەنجام بدات و تێبگات لەوەی کە بۆچی هەندێک بەستەنی لە هەندێکی تریان باشترن و بەستەنی لە بنەڕەتدا چۆن دروست دەکرێت و پێکهاتە کیمیاییەکانی چییە... ئەو دەستی کرد بە خوێندنەوە بۆ ناسینی پێکهاتە کیمیاییەکان تا وای لێهات لە وانەی کیمیادا لە هەموو خوێندکارەکانی تر زیاتر زانیاری بەدەست هێنا.

بە قووڵبوونەوە و ڕۆچوونی لە پێکهاتە کیمیاییە خۆراکییەکان سەر و ساختەیەکی تەواوی لەگەڵیاندا دروست کرد، لە هەمان کاتدا بە ڕێکەوت کارخانەیەکی شوکلاتسازی ئەمەریکا ڕێژەی سەد دۆلاری خەڵات کرد بۆ کەسێک کە باشترین جۆری کاغەز بۆ پێچانەوەی ئەو شوکلاتە بدۆزێتەوە ئەو کەسەش بەدەستهێنەری ئەم خەڵاتە بوو، خوێندکاران و مامۆستایانی کیمیا نەبوون بەڵکوو هەمان "هوارد"ی بێزار بوو کە ئەو خەڵاتەی بەدەست هێنا، چونکە ئەو عەودالی کارێک بوو کە بە دڵی خۆی بێت لە ژێر زەوی ماڵەکەی خۆیدا تاقیگەیەکی بچووکی دامەزراند، بەو جۆرە کە ئەو کەلێنەی خۆی پێ پڕکردەوە.

چەند ماوەیەک دوای ئەوە یاسایەکی تەندروستی ڕەسمی دەرچوو کە جۆر و پێکهاتە کیمیاییەکانی مادە و شیر و شەکر لە لایەن کارخانە بەرهەمهێنەرەکانەوە پێویستە بە نووسین و ژمارەوە لەسەر

ڕووی کاغەز و زەرفی پێچانەکان بدرێت، هوارد ئەم کارەی بۆ چواردە کارخانەی بەرهەمهێنەری شیر و بەرهەمەکانی بەستەنی لە ئەستۆ گرت، ئەو ئەوەندە سەری قاڵ بوو کە دوو یاریدەدەری بۆ خۆی دامەزراند.

لە ساڵانی ڕابردوودا "کالتن بوورن" ناسراوترین توێژەرەوەی ئاژانسەکانی ڕادیۆیی، بۆی باس کردم کە چۆن کارە نابەدڵە ماندووکەرەکەی گۆڕی بۆ کارێک کە خۆی بە دڵی بێت: ئەو وتی کە لە کەشتییەکی تایبەت بە بار کاری دەکرد، ناچار بوو ئەو ئاژەڵانەی کە لە کەشتیەکەدا بار کراون خواردنیان بداتێ. ئەویش بەم کارە زۆر بێزار بوو، وازی لەم کارە هێنا و بە پاسکیلێک بە سکی برسی و تینوو و ماندووبوونەوە خۆی گەیاندە پاریس. لەوێ ئاگادارییەکی لە ڕێی ڕۆژنامەیەکەوە ڕاگەیاند کە دەستی کردووە بە کاری فرۆشتنی ئۆسیلۆسکۆب کەسانی مسنتر ئەزانن کە ئۆسیلۆسکۆپ چۆن ئامێرێک بوو. ئەم ئامێرە وەک دووربین بوو بە دوو لوولەی عەدەسیەوە وێنەی دەگرت کە لە یەک وێنەدا سێ دووری جیاوازی نیشان دەدا.

کالتن بەوەی کە زمانی فەرەنسی نەدەزانی بە هەوڵێکی زۆر لە ماوەی یەک ساڵدا پێنج هەزار دۆلاری هەقی فرۆشتنی بابەتی وێنەیی ئۆسیلسکۆپی بەدەست هێنا.

کالتن وتی: لەگەڵ ئەوەشدا کە زمانی فەرەنسیم نەدەزانی، بەڵام ئەو شتانەی یان ئەو وشانەی کە بۆ فرۆشتن پێویستم بوون پێم بوون. لە دەرگای ماڵانم دەدا کاتێک دەرگایان لێ دەکردمەوە، بە لەهجەیەکی ناتەواو و پێکەنینئامێز دەمدا بە یەکدا و ئەو وێنانەی کە پێم بوون نیشانی ئەو کەسانەم دەدا کە دەرگایان لێ دەکردمەوە کاتێکیش کە پرسیاریان لێ دەکردم دەموت (ئەمریکیم... ئەمریکی.)

کالتن لە کاتێکدا خۆشی بە کارەکەی خۆی پێکەنینی دەهات درێژەی پێ دەدا و وتی:

کڵاوەکەم لە سەرم دادەگرت و سەیری ئەو وشانەم دەکرد کە بە کڵاوەکەمەوەم چەسپاندبوو، ئینجا بەکارم دەهێنا بۆ قسەکردن لەگەڵ ئەو خانمانەی کە دەرگایان لێ دەکردمەوە، ئەوانیش بەم حاڵە تێر پێدەکەنین و ئینجا لێیان دەکڕیم، هەڵبەتە ئەم کارەش ئاسان نەبوو، چونکە من خۆم بۆ ئامادەکردن زەحمەتم دەکێشا، بەیانیان کاتێک هەڵدەسام و دەمویست دەستبەکار بم لە بەرامبەر ئاوێنەدا رادەوەستام و بە خۆمم دەوت کالتن ئەگەر دەتەوێت نان بخۆیت دەبێت درێژە بەو کارە بدەیت، ئێستا کە ناچاریت درێژەی پێبدەیت بۆچی بە ئەنجامەکەی دڵخۆش نیت؟ بۆچی کاتێک لە دەرگاکان دەدەیت وا نازانیت کە تۆ هونەرمەندێکیت و کۆمەڵێک خەریکی تەماشاکردنی هونەر و نمایشی تۆن؟ ئەم ڕەفتار و کردارانەی تۆ هیچ لە ڕەفتار و جموجوڵێکی هونەرمەندێکی کۆمیدی کەمتر نییە و کارت بە گەرمی و ڕووخۆشی ئەنجام بدە! کاتێک بە کالتنم وت: بۆ گۆڕینی کاری ماندووئامێز بە کارێکی چالاکانە چ ئامۆژگاریەکت بۆ لاوان هەیە؟

بە ئاسوودەییەکی هەمیشەییەوە وتی:

هەموو ڕۆژێک بەیانی کە هەستایت بە خۆتدا بچۆرەوە، بەو ڕاهێنانە وەرزشیانەی کە سستی و تەمەڵی خەوتن گیانمانی سست کردووە دەست پێ بکە، بەڵام سەرنج بدە لەوە گرنگتر زیاتر پێویستمان بە وەرزش و ڕاهێنان و بەهێزکردنی فکر و ڕۆح هەیە تاکوو بۆ دەستبەکاربوونی کارەکانمان دەست بەکار و چالاک بین هەموو ڕۆژێک بەیانیان قسەی وروووژێنەر بە خۆت بڵێ و مەترسە و کەسیش پێت ناڵێ: دێوانە! دیارە ئەم کارەش ئێوە پێتان وایە نەفامانە و هیچوپووچ و منداڵانەیە، ئەگەر وایە کەواتە بیر و هۆشتان

بێنەوە سەر خۆ و بە خۆتاندا بچنەوە، چونکە ئەم پێشنیارە هاوجووتە لەگەڵ بناغەی تەواوی ڕاستەقینەی دەروونناسیدا (ژیانی ئێمە زادەی دروستکراوی بیر و ئەندێشەکانی خۆمانە).

پێویستە ئاشنای ئەم ڕستەیە بین، بەڵێ، هەمان ڕستەی مارکوس ئاوریلیوس کە نزیکەی نۆزدە سەدە لەمەوبەر لە کتێبی ئەندێشەکاندا دەرهێنراوە و ئەمڕۆش پێناسەی جۆراوجۆری لەسەر دەکرێت.

بە قسە دەتوانیت ڕۆژانە لەگەڵ خۆتدا بدوێیت، بیر و خەیاڵی بەدیهێنەری کارامەیی و خۆشی و بەتوانایی و ئاسوودەیی بگەیەنیتە مێشکت، بەو گەیاندنی بیر و خەیاڵەش بە مێشکی خۆت دەتوانیت ترس و بێزاری و شپرزەیی لە کارەکانتدا بنەبڕ بکەیت، بۆ نموونە بەڕێوەبەرەکەتان دەیەوێت زۆر پابەند بن بە کارەکانتانەوە تاوەکو ئەو دەرامەتێکی زیاتری دەست بکەوێت، ئێوە دەتوانن داواکاریەکەی ئەو پشتگوێ بخەن و لە بیری ئاسایی خۆتاندا بن و خۆتان وا ڕابێنن پابەندبوون بە کارەوە بە ڕێکوپێکی سوودێکی دوولایەنەی هەیە، یەکێک لەوانە نیوەی کاتی بێداریت بە کارەوە خەریک دەبیت و بەسەری دەبەیت.

دووەمیان ئەوەی دەتوانیت بەهۆی پابەندی نیشاندان بەڕێوەبەرەکەتان مافێکی زیاترتان بداتی یان پاداشتێکتان بۆ لەبەرچاو بگرێت با وایدانێ بەوەی کە بەڕێوەبەرەکەتان مافێکی زیاترتان پێ ڕەوا نابینێت، بە لایەنی کەمەوە ئەوەیە کە ماندووبوونەکەت لە کەمترین ئاستدا کەم کردبێتەوە، ئەمەش بە چێژوەرگرتن لە ڕۆژانی پشووداندا یارمەتیتان دەدات.

بەندی بیستوهەشتەم

چۆن لە بێخەوی نیگەران نەبین؟

کاتێک کە خەوت لێ ناکەوێت بێزار دەبیت، وەڵامی ئەم پرسیارە ئاشکرایە جێی باسە کە بزانیت یەکێک لە سەرکەوتووترین و بەناوبانگترین بریکاری بەرگری ئەمەریکا لە تەواوی تەمەنیدا تێر چاوی خۆی نەخەوتووە.

ئەم کەسەش ناوی سامۆئیل ئینتەر مایرە لە کاتێکدا کە لە کۆلێژی یاسا دەیخوێند، بە دەست دوو شتەوە هەراسان بووبوو کە زۆر بێزاریان کردبوو: یەکەم بێخەوی. دووەم تەنگە نەفەسی.

سەیرترین شت ئەوە بوو سەرەڕای ئەم دوو هۆکارە هەتاوەکو کۆتایی تەمەنی کە لەگەڵیدا بوو 81 ساڵی ڕەبەق ژیا.

مایر کاتێک لەوە تێگەیشت کە ئەو دوو دەردە دەرمانی نییە، لە کاتی بێخەوییەکانیدا زیاتر سوودی دەبینی، ئەو لەجیاتی ئەمدیودیوکردن لەسەر جێگەی خەوتن لە پشتی مێزەکەیەوە دادەنیشت و دەستی بە خوێندنەوە دەکرد. ئەنجامەکەش ئەوەبوو بوویە خوێندکارێکی زیرەک و بە پلەی مومتاز خوێندنی تەواو کرد و گەشتە ئاستی سەرۆکوەزیران.

دوای ئەوەی کە بەکاری بریکار گەیشت دووبارە بێخەوی دەستی لە بەرۆکی بەرنەدا، بەڵام ئەو ڕێگەی نیگەرانی بە خۆی نەدا و بە هەبوونی بێخەوییەکەشی پارێزگاری لە سەلامەتی خۆی دەکرد، زۆر

هەوڵـی زیـاتری دەخسـتە گەڕ، چـونکە کـاتی بێـداری زیـاتری لە بەردەستدا بوو، چاکتر فریای کارەکانی دەکەوت.

مـایر لە بیستویەک ساڵیدا ساڵی زیاتر لە سیوپێنج هەزار دۆلاری هەبـوو کە لەو سـەردەمەدا ڕێژەیەکـی کەم نەبـوو. ئەو تەنـانەت جارێکیان یەک ملیۆن دۆلاری وەرگرت، کە تا ئەو کاتە هیچ کەسێک ئەو بـڕە پـارەیەی بە خـۆیەوە نەدیبـوو. ئەو تـا نیـوەی شـەوی بە خوێندنەوەوە بەسەر دەبرد و کاتژمێر پێنجی بەیانیش لە جێگە دەهاتە دەر و کـاتێکیش کە خەڵکـی لەخەو هەڵدەسـتان مـایر زۆریـنەی کارەکانی تەواو کردبـوو. ئەو لە تەواوی ئەو مـاوەیەدا کەمتـر خەوی قووڵی لێ دەکەوت ئەگەر بیویستایە لە بارەی بێخەویەکەیەوە بێزاری و نیگەرانی دەربڕێت لەوانەیە تەوای تەمەنی لەدەست بچوایە.

ئـێمەش یەک لە سـێی تەمەنمـان بە خەوتـن تەواو دەبێـت، بەم حاڵەشـەوە هـیچ کەسـێکمان نـازانین مانـای خەوتـن چییە. تەنهـا وا دەزانـین کە خەوتـن جـۆرێکە لە پشـوودان، نـازانین کە لە ڕاسـتیدا مرۆڤ پێویستی بە چەند کاتژمێر هەیە بۆ خەوتن.

ئەمەش هەر نازانین کە گوایە پێویستمان بەخەوە یان نا؟

سـەربازێکی مەجەڕی لە کـاتی جەنگـی جیهـانی دووەمـدا سـەری بە گولله پێکرا. زامی سەری ئەم سەربازە بە دەرمـانی درێژخـایەن تیمـار کرابوو، بەڵام هەرگیـز نەیدەتوانی بخەوێت. پزیشکە جۆراوجۆرەکـان دەرمـانی خەوهێـنەر و ئارامبەخشـیان بـۆ بەکـار دەهێنـا، بەڵام هـیچ سوودێکی نەبوو، تەنانەت پەنایان بردە بەر ئەوەی بە هیپنۆتیزم، واتە خەواندنی موگناتیسی بیخەوێنن کەچی ئەویش سوودی نەبوو. ئەوان بۆ تەنها جارێکیش نەیانتوانی ئەم سەربازە بگەیەننە ئاستی سنووری خەوانـدن و دەسـتیان لـێ شـۆرد و چـاوەڕوانی مردنیـان لـێ دەکـرد. پزیشکەکان ئەیان وت ئەوەندە ناخایەنێت کە لە تاو بێخەوی دەمرێت، بەڵام سەربازەکە پێیان پێکەنی و بە سەلامەتیەکی تەواوەوە سـاڵانێکی

زۆریش ژیا. ئەو لەسەر جێگەکەی پاڵی لێدایەوە و چاوەکانی خۆشی بەست و پشووی تەواوی دا، بەڵام بە یەکجاری ئیتر بێدار نەبوویەوە. ڕووداوی ئەم سەربازە ئیتر بووە یەکێک لە نهێنیەکانی جیهانی پزیشکی و بیردۆزە جۆراوجۆرەکانی نەخشی خەوتنی لە زیندوویێتیدا بە دەستی خۆی گۆڕی.

هەندێک کەس زۆر پێویستیان بە خەوە و هەندێکی تر بە چەند ساتێکی کەم خەوتن بنەبڕی ماندوویێتیەکەیان دەکەن، هیچ کامێکیشیان نازانن بۆچی؟

یەکێک لە خوێندکارەکانی خۆم پێی وتم ئەوەندە بێخەوی ئازاری داوە کە خەریک بووە خۆی بکوژێت، ئەو وتی:

- سەرەتا خەوم زۆر قورس بوو، کە تەنانەت زەنگی کاتژمێریش بەئاگای نەدەهێنامەوە. لە ئەنجامدا درەنگ فریای چوونە سەر کار دەکەوتم. ئەو سەرۆکی ئیدارەیەی کە لە لای کارم دەکرد، ئاگاداری کردمەوە ئەگەر جارێکی تر بە دواکەوتوویی و درەنگ بچمە سەر کار ئیتر دەرم دەکات، بۆیە هانام بردە بەر هاوڕێکانم و ڕاوێژم پێ کردن. ئەوان وتیان شەوانە سەرنجت بخەرە سەر کاتژمێرەکەی ماڵەوە، کاتێک کە ئەمەم کرد چرکە چرکی کاتژمێر چ بەڵایەکی بەسەر هێنام، وای لێکردم ماوەیەکی زۆر خەوی لە چاوەکانم تۆراند. خوو و ڕەفتارم وا تێکچوو بوو بەیانیان بە تەمەڵی و سستییەوە دەچوومە سەر کار، ئەم حاڵە ئەوەندەی ئازار دەدام کە بڕیارم دا خۆم لە پەنجەرەکەوە فڕێ بدەمە خوارەوە و کۆتایی بە هەموو شتێک بێنم! پاشان لەم حاڵە نیگەرانیەدا بیرم کردەوە بچمە لای ئەو پزیشکەی کە دەمناسی، ئەوە بوو چووم و بەسەرهاتەکەی خۆمم بۆ باس کرد، پزیشکەکە وتی: ئەم بەڵایە خۆت بە دەستی خۆت بەسەری خۆتت هێناوە. ئێستاش پێویست بە نیگەرانی ناکات شەو کە ئەچیتە سەر جێگای نوستن خۆت وا ڕابێنە کە پشوو دەدەیت، ئەگەر خەوت لێ

نەکەوت گرنگ نییە، بە خۆت بڵێ تاکوو بە ئارامی ڕاکشاوم هیچ پێویست ناکات نیگەران ببم و تەنها ئەم ڕاکشانەم بەسە بۆ بنەبڕکردنی ماندوویتیەکەم. پاشان لە دوایدا وتی:

- دوای دوو هەفتە بە پەیڕەوکردنی ڕێنماییەکانی پزیشک و سوودوەرگرتن لەم خۆڕاهێنانە گەشتمە ئەوەی کە بتوانم شەوانە هەشت کاتژمێر بخەوم و زۆریش بۆ حاڵەتێکی ئاسایی گەڕامەوە.

ئەوەی ئەو کەسەی ئازار دەدا بێخەوی نەبوو، بەڵکوو ئەو بێزاری و نیگەرانیە بوو کە لە ئەنجامی بێخەویەکەوە بەدی هاتبوو.

دکتۆر "ناتاهیل کلیتمان" مامۆستای زانکۆی شیکاگۆ کە یەکێکە لەو پزیشکانەی لێکۆڵینەوەی فراوانی لە بارەی خەوەوە هەیە دەڵێت:

(تا ئێستا نەمدیوە کە کەسێک لە ئەنجامی بێخەویدا بمرێت، لەوانەیە کەسێک لە تاو نیگەرانی دەربارەی بێخەوی بتوانێت بژی بە دژواری تا ئەو شوێنەی کە زیندووە، بەڵام بێخەوییەک لە نیگەرانی بە دوور بێت هیچ مەترسیەکی نییە).

"هربرد ئاسپنسر"، یەکێکە لە فەیلەسوفەکانی سەدەی نۆزدەهەم، تاکوو سەردەمی پیری هاوسەرێکی هەڵنەبژارد، هەمیشە سکاڵای بوو بەدەست بێخەوی و کەم خەوییەوە دەیناڵاند، لە میوانخانەیەکدا دەژیا هەمیشە ئەو کەسانەشی بێزار دەکرد بە باسکردنی بێخەوییەکەی، تەنانەت بۆ ئەوەی کە خەوی لێ بکەوێت تلیاکی بەکار دەهێنا، بەڵام ئەوەش بێسوودە. شەوێکیان لەگەڵ پرۆفیسۆر "سالین"ی مامۆستای زانکۆی ئۆکسفۆردا لە ژوورێکدا پێکەوە خەوتن، ڕۆژی دوایی "ئاسپنسر" بەوی وت، کە دوێنێ شەو تەنها خولەکێک خەوی لێ نەکەوتووە. لە کاتێکدا کەسی بێخەو پرۆفیسۆر "سالین" بوو کە لە تاو پرخەپرخی ئاسپنسر خەوی لێ نەکەوتبوو.

بەم جـــۆرە زۆر کەس هەن کەوا دەزانـــن نەخەوتـــوون، بەڵام لە هەمـان کاتدا چەند مـاوەیەکیش خەوتـوون. وەک ئاسپنسر، یەکەمـین مەرجـی سـەرەکی بـۆ خەوێکـی خۆشـی شـەوانە هەسـتی ئـارامی و دڵنیایی و ئاسوودەیی بیر و ئەندێشەکانیانە.

دکتـۆر تومـاس هیسـلوک کە لە ئەنجـومەنی پزیشـکی ئینگلـتەرا گفتوگۆیەکی ساز دا، کە لە سەرەتاوە بەم شێوەیە دەستی پێ کرد:

کـاریگەرترین هۆکارانێـک کە دەبـنە هـۆی خەوتـن، پشـوودان و هێوربوونەوەی مێشک و دەمارەکانە. لە ئەنجامی ساڵەهای ئەزمـوون و تاقیکردنەوەکانیدا بۆی دەرکەوتـووە کە نـزا و پاڕانەوەش دەتـوانن ئەوەندە ئارامی بە مرۆڤ ببەخشن کە بیخەنە خەوێکی زۆر قووڵەوە.

لە کاتێکدا کە ماسوولکەکان لێ دەدەن و لە کشـان و گرژبوونـدان، مێشک و دەمارەکان کە فەرمانیان دەدەنێ ناتوانن بە شێوەیەکی ئازاد بیـــبەن بەڕێـــوە، بەڵام ئەگەر بمانەوێـــت بخەویـــن دەبێـــت لە ماسوولکەکانەوە دەست پێ بکەین.

دکتۆر فینیک، پێشنیاری کرد کە دانانی پاڵپشـتێک لە نێوان هەردوو ئەژنـۆدا لە فشارخستنەسـەر قـاچ کەم دەکـاتەوە. دانـانی سـەرینێکی بچـووک لەژێـر بازووەکانـدا زۆر بەکەڵکە، پاشـان ڕاهێنـانی چەنـاکە، چاو، بازووەکان، قاچەکان، بێ ئەوەی ئاگامـان لێی بێت خەومـان لـێ دەکەوێت، بەرەنگاری سروشـتیمان لە بەرامـبەر برسـێتی و تینـووێتی زیاترە لە بەرنگاری بێخەوی.

کاتێک کە پێویستمان بە خەوتنە خەومـان دێت و کـات و ناکاتی بـۆ نیـیە و نـاتوانین لەوە زیـاتر بەرەنگـاری بیـنەوە، بـۆ ڕزگـاربوون لە نیگەرانی بێخەوی ئەم پێنج ڕێسایە بەکار بهێنە:

1. ئەگەر هەر خەوت لـێ نەکەوت لە جـێگەکەت وەرە دەرەوە و بە خوێندنەوە یان کارێکی ترەوە خۆت خەریک بکە و ئەوەندە درێژەشـی پێ بدە تا هەست دەکەیت چاوەکانت قورس بووە و خەوت دێت.

2. بیـر لەوەش بـکەرەوە تـا ئێســتا کەس لە بێخەویـدا نەمـرووە، نیگەرانبوون لە بێخەوی زیاتر لە بێخەویەکە زیانبەخشترە.

3. نزایەکـی گونجـاو بـۆ کـاتی پشـوودان لەبەر بـکە و لە ڕێـی دەربڕینیەوە لەسەر زمانت خۆت بگەیەنەرە سنووری ئارامی.

4. هەوڵ بدە ماسوولکەی ئەندامەکانت لە حاڵەتێکی ئازاددا دابنێیت لە گرژبـوونی دەمارەکانـت خـۆت بەدوور بگـرە، بە وەرزش ئەوەنـدە لەشـت مانـدوو بـکە کە نەتوانیـت مـاوەیەکی زۆر خـۆت بە بێـداری بهێڵیتەوە.

کورتەی داواکارییەکانی بەشی حەوتەم

شەش ڕێگە بۆ لەناوبردنی ماندوویەتی و نیگەرانی و زیادکردنی هێز و توانای جەستەیی و ڕۆحی

فەرمانی یەکەم:

پێش گەیشتن بە سنووری ماندوویەتی پشوو بدە.

فەرمانی دووەم:

چۆنیەتی پشوودانت لەبیر بێت لە کاتی ئیشکردندا.

فەرمانی سێیەم:

ئەگەر خانمیماڵەوەیت بە پشوودانی ناوبەناو لە ماڵەوە سەلامەتی و خۆشحاڵی و جوانییەکەت بپارێزە.

فەرمانی چوارەم:

هەوڵ بدە تا ئەم چوار ڕەفتارە بەسوودە لە خۆتدا دەهێنیتە دی:

ا- مێزەکەت لەو یادداشت و کاغەزانەی کە پەیوەندیان بە کاری پێویستەوە نییە پاک بکەرەوە، تەنها یادداشتە پێویستەکان لەسەر مێزەکەت بهێڵەرەوە.

ب- کارەکان بە ڕێکوپێکی و بە گرنگیەوە ئەنجام بدە.

ج- له کاتێکدا که تووشی شته نەگونجاوەکان دەبیت، ئەگەر بەڵگەی تەواوت بۆ نەخشەدانان پێیە ئەوە دەستبەجێ نەخشەکەی بۆ دارێژە و کاری پێ بکە و هەرگیز بڕیار و کارپێکردنەکەی دوا مەخە.

د- ڕێگەی ڕیکخستن، هەڵبژاردنی کارامەیی و لێپرسراویەتی و سپاردنی بە کەسانی شیاو و فێرکردن و ناساندنیان بە کارەکان لەبەرچاو بگرن.

فەرمانی پێنجەم:

بۆ جڵەوگیریکردنی نیگەرانی و بەرەنگاربوونەوە لە دەرکەوتنی ماندوویتی کارەکانتان با هاوتای زەوق و خۆشیئامێز ڕیک بخەن و ئەنجامی بدەن، خۆتان وا ڕابێنن کە حەزتان لە کارکردن یا بەدڵبوونی کارە، چونکە سوودێکی دوو لایەنەی هەیە، یەکێک بەوەی کە نیوەی تەمەنتان بە کارەکەوە خەریک دەبێت. دووەم بەوەی ئەنجامی کارێکی باشتر دەرامەتێکی زیاترە. فەرمانی شەشەم:

فەرامۆشی مەکە کە کەس لە بێخەویدا نەمردووە، بەڵکوو ئەو نیگەرانیەی کە لە بێخەوییەوە دێتە دی کوشندەترە. لە کاتی بێخەویدا خۆت ڕابێنە کە بێزار و نیگەران نەبیت، چونکە نیگەرانبوون هەڕەشە لە سەلامەتی دەکات، نەک بێخەوی.

بەشی هەشتەم

بەندی بیستونۆیەم

یەکێک لە دوو بڕیاری گەورەی ژیان

ئەگەرچی خوێندنەوەی ئەم بەندە بۆ هەموو کەسێکە لە قۆناغی جۆراوجۆردا ئامۆژگاریان دەکەم، بەڵام پێم باشە کە گەنجان و لاوان زیاتر لە هەموو لایەک سەرنجی تەواوی بخەنە سەر و منیش لەسەر ئەوە سوورم کە داوایان لێ بکەم لە خوێندوەی چەندەها جار درێخی نەکەن.

لاوان، لاوان لەگەڵ ئێوەمە! ڕاستگۆیانە بڵێ: ئایا ئەو کارەت دۆزیوەتەوە کە بە دڵی خۆتە؟

ئایا دەزانی چ کارێک دەگریتە بەر؟

ئایا سەرکەوتوویت لە ناسینی حەز و ئارەزووەکانی خۆت؟

ئایا بڕیارت داوە بیر لە ئیشوکاری داهاتووت بکەیتەوە؟

ئایا بە دوای کاردا گەڕاویت؟

ئایا کاری تایبەتت خۆش دەوێ؟ ئەگەر خۆشت دەوێ بۆچی؟

هێشتا گوێم لە وەلام نەبوو، بەلام باش سەرنج بدەن:

ئەگەر بە ڕاستگۆییەوە وەلامی ئەم پرسیارانە بدەیتەوە، ئەوە بڕیارت داوە کە لە داهاتوودا ساغ و سەلامەت بژیت و ئەم هەنگاوەت بەرەو بەختەوەرییە، بەلام ئەگەر دەڵێیت: "ئای بابە! وەک هەموو خەڵکی کاری خۆم دەکەم، تەنها ئەتوانیت لە 10% بەخت لە دەرگاتان بدات کە هیچ کەسێکی عاقڵ لە 100% ناگۆڕێتەوە بە 10%.

بڕیارەکەت لە داهاتوودا بۆ شادمانی، سەرکەوتوویی و سەلامەتی و تەنانەت دەرامەتیش کاریگەری هەیە، بەڵام هەر جارەی لە لایەکەوە جموجووڵ دەکات، وەک چاوبەستراوێک بە ڕێگەیەکی ناشارەزادا بڕوات، لەوانەیە 100% چالوچۆڵی و ڕێگری گەورە و بچووک سەرنگونتان بکات، کەمتریش لە 10%ی بەخت ئەتوانێت لە ڕێگەی سەلامەتی و دڵنیاییەوە بە باخی گوڵ و گوڵزاری ژیانتان بگەیەنێت.

ئایا بڕیارت داوە چ کارێکت هەبێت؟

شۆفێر، دارتاش، ئەندازیاری بیناسازی، دەرمانگەری، دەرمانفرۆش، مامۆستا، کارمەند، جووتیار، کتێبفرۆش، نووسەر، ڕۆژنامەنووس، پزیشک، فیتەر، مامۆستای زانکۆ، داهێنەر، ڕاوچی، لێکۆڵەرەوە...

بڕیاری ئەمڕۆی تۆ هەرچییەک بێت، ئەگەر بە پەیوەندی و حەزلێکردنەوەیە و شێوەیەکی وەرگرتووە، ئەوە زۆر چاکە، بەڵام بیرتان نەچێت لەوانەیە سەختیەکی زۆرتان لە بەردەمدا بێت، بەڵام تۆ هەر سەرکەوتنی حەتمیت بوێت تۆ لاویت و نابێت لە کێشە و ئاستەنگەکان بترسیت.

پرسیارێکی تر: ئایا دەربارەی بوون بە باوک یان دایکی منداڵی داهاتووت بڕیارت داوە؟ مەبەستم ئەوەیە بیرت لە هاوسەرگیری کردۆتەوە؟

لە بارەی ئەم پرسیارەوە دیارە نامەوێت هیچ بڵێیت، بەڵام ئەم بڕیارە و بڕیاری یەکەم جار بۆ هەڵبژاردنی کار، دوو بڕیاری گرنگی ژیانن ئەگەر بە زیرەکی و ژیرانە خۆمانیان پێ نەگەیەنین لەوانەیە سەرمان شۆڕ بکەن، بەڵام ئەگەر بە زیرەکی و ژیرانە خۆمانی پێ بگەیەنین ئەوە بۆ تەواوی تەمەنمان بەختەوەرین.

ئامرسـون فوسـديک دەڵێت: (لاوان لە هەڵبژاردنی ئیشـدا وەک ئەوە وایە کە قومـــار بـــکەن، قومارێــک کە ئەگەری بــردنەوەی کەمتـــرە و دۆڕاندنی زیاترە.)

مەبەستی فوسـدیک لە بـردنەوە و دۆڕانـدن، سـەرکەوتن و شکسـت نیـــیە، بەڵکـــوو خۆگەیانـــدن بـــۆ حەز لە کـــارکردنە. ئەگەر بە وردبـوونەوەی تەواو و سـەرنجدان ئیشـی داهـاتووی خـۆت دیـاری بکەیت لە لایەنە قومـارییەکەوە نەتبـردۆتەوە، بەڵکوو بەختـت زیـاترە. ئەم پەنـدەش بە وردی بخـوێنەرەوە، چـونکە هەوڵ دەدەم تـا بتـوانم ڕاوێژکـارێکی چاکتـان بـم. جارێـک لە "دیویـد گـودریچ" خـاوەنی گەورەتـرین کارخـانەی پلاستیکسـازی جیهـانم پرسـی: (بە ڕای ئێـوە یەکەم مەرجی سەرکەوتوو لە کاردا چییە؟)

گودریچ لە وەڵامدا وتی:

- لەزەت و چێژوەرگـرتن لە کـار! ئەگەر لەو کـارەی کە دەیکەیـت چێژ وەربگریت، لەوانەیە سات لە دوای سات بە کارەوە خەریک بیت و بە خەیاڵتـدا نەیەت کە کـارت کـردووە، وا دەزانـی کە گـاڵتە و سەرگەرمی بووە!

ئەدیسۆن، گەورەترین داهێنەر و بەئاگاهێنەرترین کەسێک کە تاکو ئێستا ناسیبێتم، نموونەی دەرکەوتووی ئەم گرۆی خەڵکەیە، ئەدیسۆن منداڵێکی قوتابخانە نەدیو بوو، کە بە ڕۆژنامەفرۆشـی پێی خسـتە نـاو ئەم جیهـانە، بەڵام دوای پێگەیشـتنی ژیـان و عەقڵـی پیشەسـازی ئەمەریکـا و تەنـانەت جیهانیشـی گـۆڕی، گیـانی لە قـاڵبی تـازەی پیشەسازی جیهاندا داڕشت.

زۆر جاریش وا ڕێک دەکەوت کە ئەدیسۆن لە تاقیگەدا دەخەوت و خۆراکی دەخـوارد. ڕۆژی هەژدە کاتژمێر کاری دەکرد، بەڵام بڕوای

وا بـوو بەرگەی یەک زەرە سـەختی و دژواری ناگرێت، بـا لە زمـانی خۆیەوە ببیستین کە دەیوت:

- لە ژیانمـدا هەتـا ڕۆژێـک کـارم نەکـردووە، هەرچـیەکم کـردووە سەرگەرمی و تاموچێژ بووە کە لێیانەوە چێژم وەرگرتووە و هەستم بە ماندووبوون نەکردووە! ئەوە بـزانە کە دەبێت لە سـەرکەوتن و سـەرکەوتوویی ئەو سـەرمان سـوڕ بمێنێـت! بە بۆچـوونی مـن ئەوە مافی سروشتی خۆی بووە.

لە چارلز شوابم بیست کە دەیوت:

- مرۆڤ بە هەر کارێکەوە پەیوەندی هەبێت ئەوە سەرکەوتووە.

ئەی لاو لە تۆ دەپرسم، تۆ کە خۆت نازانی چ کارێکت دەوێت، چۆن دەتوانیت پەیوەندیدار بیت بە ئارەزووی خۆیشت ئەنجامی بدەیت؟

ئادناکر کە سـەردەمێک لێپرسـراوی ڕاژەکانی کارخـانە و کۆمپانیا بەناوبانگەکـانی ئەمەریکـا بـوو، باسـێکی سەرنجڕاکێشـەری پێشـکەش کرد کە پێم باشە ئێوەیش لێی بێبەش نەبن.

گەورەترین کارەسات بە بیروڕای من ئەوەیە کە ژمارەیەکی زۆر لە لاوان هەرگیز نازانن چ کارێک داوا بکەن، بە ڕای مـن ئەوانە شـایەنی بەزەین و جۆرە کەسانێکن کە ئەو کـارەی دەیکەن جگە لە هەقدەسـت بەهرەیەکـی تریـان نیـیە، تەنـانەت لە نێوانیانـدا کەسـانێک هەن کە خوێنـدنی باڵایـان تەواو کـردووە، کە بـۆ کـاروەرگرتن سـەردانیان کردوم، ئەوانە بـوونەوەرێکی شـایانی بەزەییپێداهاتنەوەن، دەیـانوت لە فڵانە زانکۆ یان فڵانە شوێن خوێندنی باڵامـان تەواو کـردووە و ئێسـتا هـاتووین بزانین ئایا کارێکمان دەست دەکەوێت ئێمە بتوانین بیکەین؟ کە چـی خۆشـیان نەیاندەزانی چ کارێکیـان لە دەسـت دەوەشـێتەوە، لە هەلومەرجێکی وەهـادا نابێت پێمـان سـەیر بێت کە پیـاو یـا ئـافرەتێکی گەنج بەم شێوەیە دەستبەکار دەکات، لە تەمەنـی چـل سـاڵیدا تووشـی

نائومێدی و ماندوویتی و دڵمردوویی و تەنانەت تووشی هەڵچوونی دەروونیش دەبن! هەبوونی کاری گونجاو لە کاتی سەلامەتیدا دووبارە شایەنی گرنگییە. دکتۆر ریموند پرل دەڵێت کاری گونجاو سەرەکی ترین هۆکاری تەمەن درێژییە، پل بویتون، بەڕێوەبەری گشتی بەڕێوەبەرایەتی کێڵگەکانی نەوت لە ماوەی بیست ساڵدا 37000 کەسی داواکاری کرێکاری هەبوو کە کتێبی شەش ڕێگە بۆ کاردۆزینەی نووسیوە، لە چاوپێکەوتنێکی تایبەتیدا کە لێم پرسی:

گەورەترین هەڵەی ئەو لاوانەی کە دێن بۆ کارپێدان چییە؟

وتی:

ئەوان خۆیشیان نازانن چ جۆرە کارێکیان دەوێت کە بیکەن، جێگەی داخە کە کەسێک بۆ کڕینی پۆشاکێک کە دوای چەند هەفتەیەک یان چەند مانگێک یان دوای چەند ساڵێک کۆن دەبێت و لەناو دەچێت زۆر بۆی ماندوو دەبێت و کاتی بۆ بە فیڕۆ دەدات، کەچی بۆ هەڵبژاردنی کارێک کە هۆی ئارامی و شادی و کامەرانییە، ئەوەندە ماندوو نابێت و کاتی بۆ بەکار ناهێنێت! یەکێک لە ڕەوشە سوونەتییەکان، هەڵگرتنەوەی کار و پیشە و کاسبی باوکە، کە زیاتر لەگەڵ حەز و ئارەزووی لاواندا گونجاو نییە. هەرچەندە لەوانەیە چاویان لەو ڕەنجە بێت کە گەورەکان دەستکەوتیان لێی دەست کەوتووە بۆ ماڵ و خێزانیان، بەڵام دەمەوێت بە لاوان بڵێم:

تەنها لەبەر ئەوەی کە ماڵەوە حەز دەکەن فلانە کار و کاسبی بکەیت، خۆت پابەندی ئەو هەڵبژاردنەی ئەوان مەکە، بە دوای ئەو کارەدا بگەڕێ کە خۆت ئارەزووی دەکەیت و حەزت لێیەتی. هیچ کاتێک پابەندی کارێک مەبە کە ناگونجێت لەگەڵ حەز و ئارەزووەکانتدا، بە سەرنجی تەواوەوە لەو ئامۆژگاریانەی ڕابردوو پەند وەربگرە لە بارەی ئەوەشەوە کە تاقیشی بکەیتەوە هیچ کاتی بۆ بە فیڕۆ مەدە و توخنی مەکەوە، بە یارمەتی ئەزموونەکانی دایک و

باوک و ڕاوێژکاران ڕێگه بگره و شارەزابه و بڕیاری کۆتایی بده، چونکه هەر ئێوەن که له کاردا یان خۆشبەختن یان بەدبەختن، لەشەڕی ئەم مان و نەمانەش کەنارگیر بن.

به پێشکەشکردنی ئەم باسانەش مۆڵەت بدەن ڕێنماییەکانی پرۆفیسۆر هاری گیتسون که یەکێکه له خاوەن بیردۆزه ناسراوەکان له بارەی کار و پیشەوه پێشکەش بکەم:

1. هەرگیز نزیکی ئەو کەسانه مەکەون که داواتان لێ دەکەن خۆیانتان پێ بناسێنن، چونکه ڕەوشی جادووگەرانەیان هەیه ،بواریان پێ مەدە و سەردانیان مەکە، جومجومەناسان، فاڵگرەوەکان، دەستخوێنەرەوەکان، لەم کۆمەڵەیەن نه ڕەوشەکانیان به دەردت دەخۆن نه ئاگادارکردنەوەکانیشیان.

2. ئەو ئیش و کارەی که کەسی زۆری تێدایه تا دەتوانیت لێی به دوور به، سەد هەزار کار هەیه که لاوان تەنها له هەندێکیان بەئاگان، لاوان که له زانکۆکاندا خوێندنی بالا تەواو دەکەن، تەنها له چوار پێنج کاردا تایبەتمەندی بەدەست دێنن، ئەو چوار پێنج کاره دەکەنه پیشەیان.

3. ئەو کارەی که یەکجار و یەکسەره و تایبەته بۆ یەکجار زامنی گوزەران دەکات، واته کاتییه به تەواوەتی خۆتی لێ به دوور بگره.

4. پێش ئەوەی تەمەنت له کارێکدا تەواو بکەیت چەند هەفتەیەک یاخود چەند مانگێک تەرخان بکه بۆ لێکۆڵینەوەی قووڵ و سەرنجی تەواو لەو کاره بده و کەسانێک که ده، بیست، سی تەنانەت چل ساڵیش تەمەنی خۆیانیان تێدا تەواو کردووه ڕاوێژیان پێ بکه، به مەرجێک ئەو کەسه له کارەکەیدا سەرقاڵ بێت و خاوەنی ئەزموونی تەواو بێت و تیایدا دەستبەکار بووبێت.

بەلام چۆن بتوانیت بۆ هەلبژاردنی کار و پیشە راوێژ بە کەسانی بەئەزمـوون بکەیـت؟ بـۆ نمـوونە دەتەوێـت لە بـواری ئەنـدازیاری بیناسازیدا چالاکیت هەبێت، چونکە کارەکەت پەیوەندیدارە پێتانەوە و حەزی لێ دەکەن بۆ راوێژکردن بە کەسانێک لەم بوارەدا دەتوانن بە مەلبەنـدی چـالاکی سـەردان بـکەن لە شـارەکەی خۆتانـدا بچینە لای کەسـانێک کە لەم بـوارەدا چالاکیـان هەیە و پێشـنیاری دۆسـتایەتیان بکەن لە لای کارەکەیاندا دابنیشن، دەتوانن داوای چاوپێکەوتنیـان لـێ بکەن و ئارەزووەکانتان بەدی بێنن، نازانم.

ئەگەر پەیوەندی بە ئەندازیارێکی بیناسـازی بەئەزموونەوە بکەن و پێی بلێن دەتوانی ئەرکێکی بچووکمان بۆ بکێشی، ئێمە پێویستمان بە رێنمـایی ئێـوە هەیە، چـونکە لاوێکـی هەژدە سـالەین و دەمانەوێـت لە بواری بیناسازیدا بخوێنین، پێش ئەوەی هەنگاوی بۆ بنێین دەمانەوێت راوێژتـان پـێ بکەیـن، ئایا بەرێزتـان نـارازین یـا لە چـاوپێکەوتن بێزار دەبن.

ئێستا ئامۆژگارییەکتان دەکەم، ئەگەر رووبەرووی کەسـی راوێژکـار بوونەوە ئەم پرسیارانەی ئاراستە بکەن:

ا- ئەگەر سەرلەنوێ تەمەنت دووبارە بێتەوە هەولی ئەوە دەدەیت هەر بیناساز بیت؟

ب- ئێسـتا کە مـن دەبینیـت ئایـا دەزانیـت ئەوەی کە پێویسـتە بـۆ بیناسازێکی سەرکەوتوو لە مندا هەیە یان نا؟

ج- ئایا بیناسازی کارێکی سەرسوورهێنەرە؟

د- ئەگەر چـوار سـال لەم بـوارەدا بخـوێنم دوایـی بە ئاسـانی کـارم دەست دەکەوێت یان نا؟ یەکەم جاریش دەبێ چ کارێکیش هەلبژیرم؟

ە- هەرچەندە دەرامەتێکی مامناوەندیم هەیە، لە پێنج سالی یەکەمدا تا چ ئەندازەیەک دەرامەتم دەبێت؟

و- سوود و زیانەکانی بیناسازی چییە؟

ز- ئەگەر من کوڕی تۆ بم ئامۆژگاریم دەکەیت کە بیناساز بم؟

ئەگەر کەسێکی شەرمن و کەم ڕووی لە ڕووبەڕووبوونەوەدا لە کەسانی گەورە دەترسی ئەوە دەڵێم یەکێک لە تەمەندارەکانی خۆت لەگەڵ خۆتدا ببە، چونکە ئەگەر دوو کەس بن ئەوا چاکتر دەتوانن پرسیارەکان بکەن.

لەوانەیە هەندێ کەس کە سەردانی ئەم شوێنانە دەکەن کاری خۆیانیان دەستگیر بێت یان ئێوە بە چاکی نەزانن و بۆتان نەلوێت لە دوایدا چەند کەسانێک کە لێتان بپرسن تۆیش زانیارییەکان بگەیەنیتەوە سەرنج، بدە کە یەکێک لەو دوو نەخشە گەورەیەی ژیان، ژیانی خۆتی پێ دەستەبەر دەکەیت. تەنها بڕوای تەواوت بە خۆت هەبێت، لە دواییدا ئەگەر کەسێک نەبوو ڕێنمایتان بکات ئەوا باوکێکتان هەیە کە ئەزموونەکانی بە دڵسۆزی دەخاتە بەردەستان هەڵبەت ئەم ڕێگەیە هەرگیز فەرامۆش نەکەن کە ڕێنمایی خواستن لە کەسێک بە مانای زانایی و پێ باشبوونی لەوەی کە سەردانی ئەمانە دەکەیت خۆشحاڵ دەبن.

5. ئەو بیرکردنەوەیەی کە تەنها ئێوە بۆ ئەو ئیشە گونجاون لە خەیاڵتاندا دەر بکەن.

هەموو کەسێک دەتوانێت لە هەندێ کاردا سەرکەوتوو بێت و لە دواییشدا شکست بێنێت، بۆ نموونە خودی خۆم ئەگەر لە جۆرەکانی کشاوەرزی، باخەوانی، جووتیاری، پزیشکی، مامۆستایی، چالاکی بنوێنم لەوانەیە سەرکەوتوو بم، بەڵام چونکە لە کاروباری دەفتەرداری، نووسینگە، ژمێریاری، ئەندازیاری، بەڕێوەبردنی میوانخانە، یان کارخانە، هونەری و بیناسازی سەروساختەم نییە، ناتوانم سەرکەوتوو بم، چونکە پەیوەندیم لەگەڵیاندا نەبووە.

بەشی نۆیەم

بەندی سییەم

ڕێگەی کەمکردنەوە لە نیگەرانیەکان

ڕاستت ئەوێت ئەگەر ڕێگەی زاڵبوونم بەسەر نیگەرانیەکانی داراییدا بزانیایە، دەستم بە نووسینی ئەم کتێبە نەدەکرد، چونکە ئەم کارەم لەبەر خاتری دەرامەتێک کردووە کە دەستم بکەوێت. لەم ڕووەشەوە هیچ کارێکم لەدەست نایەت.

هاوکات لەگەڵ لێکۆڵینەوەی گۆڤاری لیدیزهوم 70%ی نیگەرانیەکانمان ڕیشەیەکی مادیان هەیە.

ژرژ گالوپ بەڕێوەبەری بنکەی ئامارگیری گالوپ دەڵێت: (زۆربەی خەڵکی بڕوایان وایە ئەگەر 10%ی دەرامەتیان بەرزبوایە ئیتر نیگەرانی ماددییان نەدەبوو)، ئەم بیروڕایە کە پشتی بە ئامار و ژمارە بەستووە لە زۆر لایەنەوە ڕاستە.

ئاستایلتون، تایبەتمەندی ڕێکخستنی بوودجە ساڵەهای ساڵ ڕاوێژکاری دارایی چەندین دامەزراوەی گەورە بوو بە پێچەوانەی "ژرژ گالوپ"ـەوە، بڕوای وایە زیادبوونی دەرامەتە داراییەکان نیگەرانییەکان بنەبڕ ناکەن، لە ڕاستیدا زیادبوونی دەرامەت، واتە خەرجییەکی زیاتر و دەردە سەرییەکی زیاتر و بەم مەفهومە بێت مانای ئەوەیە ئەوەی دەبێتە هۆی نیگەرانی خەڵکی، نەبوونی پارە نییە، بەڵکوو نەبوونی بەرنامەیەکی تەواوی خەرجکردنی پارەکەیە.

لەوانەیە تۆی خوێنەری بەڕێزیش تا ئێرە حەوسەڵەت هەبێ و خۆتت بۆ بگیرێت و بڵێیت: (خۆزگە ئەم پیاوە بە دەرامەتەکەی من بۆ

تەنها مانگێک گوزەرانی ژیانی بگرتایەتە ئەستۆ تا ناچار بوایە و ئەم قسانەی نەکردایە).

بۆ تۆی خوێنەری خۆشەویست دانی پێدا دەنێم کە خۆم گرفتاری کێشـەی دارایـی بـووم، ئێسـتاش ئەو کێشـەیەم هەیە، مـن ڕۆژی دە کاتژمێر لە کێڵگەی میسـووریدا کـارم کـردووە، بـاوەڕ بـکەن ڕۆژی وا هەبووە کە حەزم بە مردنی خۆم کردووە، بۆ ئەوەی لە دەستی ئەم ژیانە فەلاکەتبارە ڕزگار بم.

مـن ئەم هەمـوو سـاڵە لە بەرامـبەر کاتژمێرێکـدا پێـنج دۆلار و دە دۆلار و تەنـانەت پەنجـا سەنتیشـدا کـارم نەکـردووە، مـن لە بەرامبەر هەر کاتژمێرێکـدا پێـنج سـەنتم وەرگرتـووە. مـن بیسـت سـاڵ نیشتەجێبوونم لە شوێنێکی بێ حەمـام و بێ ئـاو و ئـاوەڕۆدا بەسـەر بردووە. دەزانم کە خەوتن لە ماڵێکی ساردوسڕی ژێر پانزە پلە مانای چییە! دەزانم ئەندێشەی ڕێبڕینی چەندەها کیلۆمەتر بە پێ ڕۆیشتن بە پێڵاوی دڕاو و جلـوبەرگی نەگونجـاو بـۆ خەرجنەکردنـی یەک پـولی ڕەش چییە، لەوەش تێگەشتووم کاتێک کەسێک لە میوانخـانەدا داوای خواردنێکی هەرزان دەکات چ دەردێکی هەیە.

چەنـدەها شـەو پـانتۆڵەکەمم لەژێر جێکەمەوە ڕادەخسـت تـاکو دەق بگرێت، چونکە پـارەی ئوتـووکردن و هەڵمکردنـی جلەکانم پێ نەبوو، بەو هەمـوو ترسـولەرزەی ڕۆژانـی بـێ پـارەییەوە بـوو کە چەنـد سەنتێکم دەشاردەوە.

من بە ڕابووردنی ئەو ڕۆژانە کە بیر دەکەمەوە ئەگەر نەخشەیەک بۆ خەرجکردنی پارە هەبوایە و لەسەر ئەو نەخشەیە خەرجم بکردایە، ئەوە حـاڵم بەم ڕۆژە نەدەگەیشـت، کە نیگەرانـی دارایـی ئەوەنـدە بە سەختی ئازارمان بدات، بەڵام بە داخەوە نەمانکرد.

هاوڕێیەکم هەبوو کە لە چاودێری حساباتی کۆکردنەوە و خەرجکردنی کۆمپانیاکی گەورەدا کاری دەکرد، چونکە ژمارە و ڕێژەی کۆنترۆڵ و لێکۆڵینەوەی دەکرد ئەوەندە لێهاتوو بوو هەموویان شەیدای بوو بوون، بەڵام هەر هەمان کەس لە تەماشاکردنی حسابی چەند دۆلارێک لە دەرامەتی خۆی زۆر بێزار بوو، باشتر وایە بۆ ئاشنایی ڕێوڕەسمی ئیشوکاری دارایی ڕێگەی پارە خەرجکردن بەم چەند دەستوورەی خوارەوە سەرنج بدەین:

دەستووری یەکەم:

لە تیانووسێکدا دەستووری ئەو پارەیەی پێویستە خەرجی بکەیت تۆمار بکە.

زۆر لە سەرمایەدارەکانیش ئەم کارەیان کردووە و ئەنجامی چاکیشیان بەدەست هێناوە، یەکێک لەوانەش راک فلر بووە.

نەترسیت بۆ سەرلەبەری ژیانت پێویست ناکات کە ئەم کارە بکەیت، تەنها سێ چوار مانگێک بەسە کارناسانی بوودجە دووپاتیان کردۆتەوە کە بە لانی کەمەوە مانگێک و بەپێی توانایش سێ مانگ حسابی وردەکاری جۆری ئەو پارەیە بکە کە خەرجی دەکەیت چ جۆرە سکەیەکە، چونکە ئەم کارە هەواڵمان دەداتێ کە پارەکەمان چۆن خەرج کردووە. بەم شێوەیە دەتوانین بوودجەی ژیانمان ڕێکوپێک بکەین، ئەگەر بە وردی ماوەی حسابی خەرج کردنت هەبێ، ئەوا ئەمەش تۆمار بکە پاشان ماوەیەک لێکۆڵینەوەی لەسەر بکە و بە خۆت بڵێ بەڕاست من ئەم پارەیەم لەم ڕێگەیەدا خەرج کردووە؟

دەستووری دووەم:

لەگەڵ پێویستییەکانتدا بووودجەکەت ڕێک بخە، مەبەست لە دابینکردنی بوودجە ئەوە نییە کە خۆت لە خۆشی و شادییەکان بێبەش بکەیت و خۆتیان لێ بتارێنیت، بەڵکوو مەبەست ئەوەیە کە بە لانی کەمەوە زامنی دارایی بۆ خۆت بکەیت، چونکە کەسانێک کە ژیانیان لەسەر بناغەی بوودجەی داراییەکەیان زامن دەکەن بەختەوەرترن لەو کەسانەی کە چاودێری کۆکردنەوە و خەرجکردنی بوودجەکەیانن یان کەمتەرخەمن.

دەستووری سێیەم:

ڕێگەی زیرەکانە و ژیرانەی خەرجکردن لە یاد نەکەیت، مەبەست ئەوەیە کە لە پارەکانتان زیاتر سوود وەربگرن هەموو کارخانەکان و کۆمپانیاکان کاربەدەستێکیان هەیە بۆ ڕاپەڕاندنی کڕین و پێویستیەکانیان بە چاکترین شێوە. بۆچی ئێوەش خۆتان بۆ خۆتان نابنە کاربەدەستێکی چاک؟

دەستووری چوارەم:

بە دەرامەتەکەت دەردەسەری بۆ خۆت مەکڕە و زیادی مەکە. کاتێک کە دەرامەتەکەتان زیاد دەبێت داخوازتیشتان زیاد دەبێت، خێرایی گەشەکردنی ئەم داخوازتەش زیاترە لە خێرایی گەشەکردنی دەرامەتەکەتانە.

لێرەدا کە حەز دەکەن تامی زیاتر لە ژیان ببینن، گومانی تێدا نییە کە لە دوایدا دەبێت سەرنج بدەن کە هیچ تامێک ناتوانێت وەڵامی

سزایەک بداتەوە کە لە دەستی داواکارییەکان دەیچەژێت، ئایا تاموچێژ وەرگرتنی نارەوا چاکترە یان نیگەرانی بۆ هێنانەدی داواکارییەکان؟

دەستووری پێنجەم:

خـۆت لە بەرامـبەر نەخۆشـییەکان و هۆکـارە سروشـتیەکانی خەرجکردنە کتوپڕەکانـدا بیمە بکە. مەبەسـتم ئەوە نییە کە بـۆ شـتە بچووکەکـانی وەک هەڵامەت و سـەرماخوردەگی خەرجـی بـیمە وەربگریـت، بەڵکـوو مەبەسـتم لەو کارەسـاتانەیە کـە وەک ئەوەی ناچاریـت لە نەخۆشـخانە بکەویـت ئەگەر بـیمەی قەرەبـووکردنەوە لە ئـارادا نەبێـت شـێوەی حسـابی نەخۆشـخانە دەگۆڕێـت بـۆ بەدتـرین هۆکاری نیگەرانیهێنەر.

دەستووری شەشەم:

ئەگەر خـانمی ماڵەوەیـت دەتوانیـت لە هەمـان شـوێنی چێشـتخانەدا وردە خەرجیەکانـت دەسـتەبەر بکەیـت. نامەوێـت ئەزمـوونی خانمـانی ترتان پێ بڵێم، بەڵام دەتوانیت لە سەلیقەی خۆت سوودمەند بیت. بۆ نموونە کەمکردنەوەی چەند گرامێک لە گۆشت و هەندێک چا و شـەکر و هەنـدێکی تـر لە کەلوپەلەکـانی تـریش لە هەرجـۆرەی هەنـدێک و بەکارهێنانەوەیـان جـارێکی تـر. نەک تەنهـا خەرجیت لـێ دەگێـڕێتەوە، بەڵکوو پاشەکەوتیش دەبێت. دەستووری حەوتەم:

لە هـیچ هەلومەرجێکـدا قومـار نەکەیـت بە هـیچ جۆرێـک. مـن بە کەسـانێک کە بە گرەوکردنـی ئەسپسـواری یـان کڕینـی بلیتـی تاقیکردنەوەی بەخت و کارگەلێکی لەم جۆرە بابەتانە ئومێد دەدەمەوە بەریان و دەڵێم هەر کەسێک خەریکی ئەم جۆرە کارانە بێت، هەمیشـە نەبوونە.

دەستووری هەشتەم:

ئەگەر ناتوانیت مەرجەکانی دارایت چاک بکەیت باشتر وایە کە سەبارەت بە خۆت دڵسۆز بیت . نیگەرانی ئەو جۆرە شتانە مەبە کە توانای گۆڕانکاریانت نییە. بیهێنەرەوە یادی خۆت کە ئەگەر تەواوی دنیا بدرێت بە تۆ ئەویش لە شێوەی تۆپێکی تایبەتیدا و لە بەردەستدا دابنرێت تۆ ناتوانیت لە سێ ژەم زیاتر نان بخۆیت و لەسەر دوو جێگەی جیاواز بخەویت، بۆ بنەبڕکردن و لەناوبردنی نیگەرانییە داراییەکان ئەم دەستوورانە لەیاد مەکە و کردەوەیان پێ بکە:

1. خەرجییەکان لەسەر پەڕاوێک تۆمار بکە.

2. بوودجەی خۆت هاوشانی پێویستییەکان ڕێک بخە.

3. جۆری پەیوەندی خەرجکردنەکەت لەیاد بێت.

4. دەرامەتەکەت بۆ کڕینی دەردەسەری خەرج مەکە.

5. لە بەرامبەر کارەسات و نەخۆشیدا خۆت بیمە بکە.

6. بۆ خانمانی ماڵەوە لە خەرجکردن و کۆکردنەوەدا سەلیقەکەت بەکار بهێنە مانای کەیبانوو ئەمەیە.

7. بە هیچ شێوەیەک قومار نەکەیت.

8. ئەگەر نەتوانیت حاڵی دارایت چاک بکەیت، دڵت بۆ خۆت بسووتێ و نیگەرانی شتێک مەبە کە ناتوانیت بیگۆڕیت.

چۆن بەسەر نیگەرانیدا زاڵ بووم؟

هاوینی ساڵی 1943 من و نیوەی کۆمەڵەی نیگەرانیەکانی دنیا. شانە لاوازەکانی قورس کردبووم، دیارە ئەوەش هەستی من بوو. چل ساڵ ژیانم تێپەڕاندبوو، بێدەنگ و بێسەنگ و بێدەسەڵات بەرامبەر

نیگەرانـی و بێـزاری غافـڵ بووبـووم، کارەسـاتی شـەش قـۆڵی بە ڕێکەوتـن وەک هێـزە هاوپەیمانەکـان کە بەشـێکی ئەم کارەسـاتە پەیوەندیان بەوەوە هەبوو، دەیانویست بە تەواوی شاڵاوم بۆ بێنن.

ئای وای... ئای وای... وای لە من!

کارەساتی یەکەم:

ئەو قوتابخانەیەی کە بەڕێوەبەری بووم بەهـۆی ئەوەوە کە دەبوایە لاوەکانی ببراناییە بۆ جەنگ بەرەو لاوازی دەچوو. لەم حاڵەشدا تەنها کچـان دەمـانەوە، کچـانیش لەبەر ئەوەی بە کـاری مـاڵەوە سـەرقاڵ دەبـوون پێویسـتیان بە خوێنـدن نەبـوو، بـۆیە دەبـوایە قوتابخـانەکە دابخرایە.

کارەساتی دووەم:

کوڕە گەورەکەم لە جەنگدا بوو، منیش وەک ئەو هەمـوو باوکـانەی تر نیگەرانی مەترسییەک بووم کە هەڕەشەی لە کوڕەکەم دەکرد.

کارەساتی سێیەم:

نەخشەی فڕۆکەخانەیەک لە ناوچەکەماندا لە بەرنامەدا بوو، لە پێناو ئەمەدا دەبوایە خانووەکەی ماڵی باوکم بڕوخێنرایە، منیش دەبوایە بە شەش منداڵەوە لەژێر چادرگەدا گوزەرانمان بکردایە.

کارەساتی چوارەم:

بەهـۆی هەڵکەنـدنی کەنـداوێکەوە لە نزیکمـانەوە بیـری ئاوەکەمـان وشکی دەکرد، بۆ هەڵکەندنەوەی بیرێکـی تـریش دەبوایە ناچـار زیـاتر لە پێنجسـەد دۆلارم خەرج بکردایە، چونکە زەوییەکـانی ئەو سـنوورە لەژێر چاودێری دەوڵەتدا بوون و جگە لەوەش دەبوایە ئاوم بە سـەتڵ بهێنـایە و تـا ئەوەشـم تەواو دەکـرد دوو مـانگێکم پـێ دەچـوو.

کارەساتی پێنجەم: نێوانی ماڵەوە و قوتابخانە زیاتر لە پانزە کیلۆمەتر دەبوو، دەبوایە ئەو ڕێگەیەم بە ئوتۆمبێلە شرەکەم ببڕیایە، پارەی ئەوەشم نەبوو تایە شڕەکانیشی بۆ بگۆڕم و ترسی پەککەوتنیشیم هەبوو.

کارەساتی شەشەم: کچە گەورەکەشم قۆناغی ئامادەیی تەواو کردبوو، حەزی دەکرد بچێتە زانکۆ و منیش توانایەکی وەهام نەبوو کە خەرجی خوێندنی بۆ دابین بکەم، لە لایەکی تریشەوە نەمدەویست دڵی بشکێنم. ڕۆژێکیان دوای نیوەڕۆ لە تەواوی کارەساتەکانم بیرم کردەوە و پەڕاوێکم بۆ هێنا و نووسیم و بە جوانی سەرنجم دا، تەماشام کرد کە مافی خۆمە و هەقم بە دەستە کە نیگەران بم، چونکە لەوە ناچێ لە دنیادا کەسێکی تری وەک من هەبێت ئەوەندە بیانووی نیگەرانبوونی بە دەستەوە بێت.

پاش ڕێکخستنی شێوە و سەرچاوەکانی نیگەرانیهێنەر، سەیرم کرد کە من هیچ کارێکم لە دەست نایەت، ئەمەم لەسەر پەڕاوەکانی تری سەر مێزەکەم بەجێهێشت و فەرامۆشم کردن. هەژدە مانگ لە دوای ئەوە کاتێکم بۆ ڕەخسا کە پەڕاوەکان ڕێکوپێک بکەم و چاوم پێیان کەوتەوە و ئینجا تەماشام کرد، کە هیچ کامێک لەم کارەساتانە ڕووی نەداوە.

1. تێگەیشتم کە نیگەرانی دەربارەی قوتابخانەکە بێهوودە بوو، دوای ئەوە دەوڵەت بەردەوام بوونی خوێندنی قوتابخانەکانی ڕاگەیاند بۆ هەموو کەسێک بەردەوامی بەخشی، ئەو بەردەوامیەش بوو بە هۆی ئەوە کە پۆلەکانم پڕ بێت لە خوێندکار.

2. نیگەرانیشم لە بارەی کوڕەکەمەوە بێ سەرچاوە بوو، بەبێ ئەوەی برینداربوونێکی بچووکیشی هەبێت بەرەو ماڵەوە گەڕابووەوە.

3. بۆ ماڵەکەشم نیگەران نەبووم دوای ئەوەش لە نزیک کیلۆمەتر و نیـوێکەوە چـاڵێکی نەوت دەرکەوتبـوو، ئەگەر دەوڵەت بیویسـتایە نەخشـەی فڕۆکەخـانەکەی جێبەجـێ بکـردایە دەبـوایە وازی لە چـاڵە نەوتەکە بهێنـایە لەبەر ئەوە نەیکـردە فڕۆکەخـانە، چـونکە نەوت بەهایەکی باشتری هەبوو.

4. لە بارەی بیرەکەشمەوە نیگەرانییەکەم پووچەڵ بوویەوە، چونکە کاتێ تێگەیشتم ئیتر نەخشـەی فڕۆکەخانە لە ئارادا نەماوە بەردەوام چاڵەکەم قووڵ دەکرد، ئیتر کێشەی ئاویشم نەما.

5. بێزاریشم دەربارەی تایەی ئۆتۆمبێلەکەیش بێهوودە بوو، چونکە تایە سواوەکان و ئۆتۆمبێلەکەش تا کۆتایی جەنگ بەرگەیان گرت.

6. نیگەرانـی لە بـارەی کچەکەشـمەوە بێهـوودە بـوو، چـونکە شـەش ڕۆژ بەر لە وەرگرتنـی لە زانکـۆ بە شـێوەیەکی موعجیزەئاسـا کـاری زیادەشـم دەسـتکەوتوو، خەرجی زانکۆکەی ئەویش مەیسـەر بوو، لە سـەرچاوە و لایەنـی زۆریشـەوە لە خەڵکـیم بیسـتبوو کە 99%ـی نیگەرانیەکانمـان پەیوەنـدییان بە کـۆمەڵە شـتێکەوە هەیە کە هەرگیـز ڕوو نادەن. من بڕوای تەواوم پێیان نەبـوو، بەڵام ئەم مەینەتیـانەی کە لەبەردەمـدا بـوون بە تەواوی پـاڵم لێدانەوە، چـونکە خـۆم ئەزمـوونی تەواوم بەدەست هێنا بوو.

فەرامۆشی نەکەیت:

ئەمڕۆ هەمان ئەو ڕۆژەیە کە بۆی نیگەران بوویت. لە خۆت بپرسە:

(بەڕاست، ئەوەی کە بۆی نیگەران بووم ڕوویدا؟)

پێش نووسینی ئەم کتێبە (22) جۆر کتێبم سەبارەت بە نیگەرانی بە باشی خوێندەوە، حەوت ساڵی تەواو هەوڵم دا زیاتر لە هەر کەسێکی تر گوێ بۆ ئەو کەسانە ڕادێرم کە بەسەر نیگەرانیەکاندا زاڵ بووبوون و زۆرترین دڵەڕاوکێیان هەبووە و ژیانێکی نوێیان دەستپێکردووە.

ئەم کتێبە لە خەیاڵ و نەزەری پێک نەهاتووە وە پەیوەندی بە پەند و ئامۆژگاری فەیلەسووفانەوە نیە، بەڵکو هەوڵم داوە لە سەرتاسەری ئەم کتێبەدا بە بەڵگە و شاهیدەوە نیشانی بدەم کە چۆنچۆنی هەزاران نەفەر توانیویانە بەسەر نیگەرانییەکانیاندا زاڵ بن و دەست بکەن بە ژیان.

تایبەتمەندییەکی تری ئەم کتێبە ئەوەیە کە هەموو کەسێک دەتوانێت سوودی لێ وەربگرێت، هەتا تۆیش دەتوانی تاقی بکەیتەوە.

لەم کتێبەدا پەنام بۆ داستانی خەیاڵی نەبردووە، جگە لە چەند لایەنێکی دیاریکراو کە نەمویستووە ناوی ئەو کەسانە بێنم کە بە ناونیشان دەناسرێن، خۆشبەختانە زۆرێک لەوانە تا ئێستا لە ژیاندا ماون.

تۆی خوێنەر بەشی یەکەمی بە باشی و بە وردی بخوێنەرەوە، ئەگەر بینیت هێزێکی تازە و شاراوە لە ناخی تۆدا دروست بووە بۆ زاڵبوون بەسەر نیگەرانی و دوودڵییەکانتدا ئەوا لە خوێندنەوەیدا بەردەوام بە، ئەگەر هەستت بەو هێزە تازەیە نەکرد ئەوا کتێبەکە پارچەپارچە بکە و بیخەرە نێو ئاگرەوە.



لە بڵاوکراوەکانی ناوەندی ڕۆشنبیریی ئەدیبان